

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание (Завтраки)
для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 лет),
в муниципальных общеобразовательных школ**

- Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544с.
- Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.
- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., САНПИН 1.2.3685-21
- Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды
- Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2
- Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение №9
- В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.
- В рационе - Йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.

Муниципальное казенное учреждение «Бывокская ЦОС»
 Муниципальное казенное учреждение «Бывокская ЦОС»
 № 302378 * ИНН 3402005188 * ОГРН 50502378
 МКОУ
 №3
 Согласовано
 директор
 28.05.2024

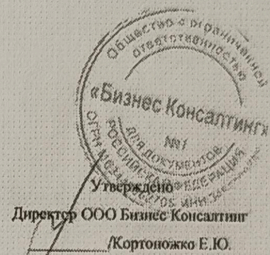
Общество с ограниченной ответственностью
 «Бизнес Консалтинг»
 №1
 ИНН 3402005188
 Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
День / неделя 1: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Каша молочная из овсяных хлопьев жидкая с маслом и сахаром	200	7,1	11,66	40,25	295,45	182/2017м	35
Блинчики (оладьи) с молоком сгущенным 50/20	70	5,08	2,98	18,85	122,54	399/2017м	25
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,50
Итого за _Завтрак	600	15,15	15,34	93,77	577,45		93,5



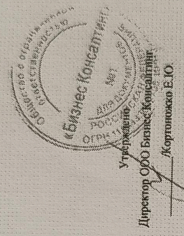
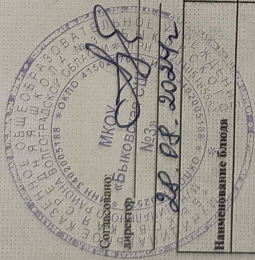
Согласовано
директор

[Handwritten signature]
28.08.2021



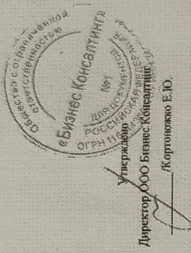
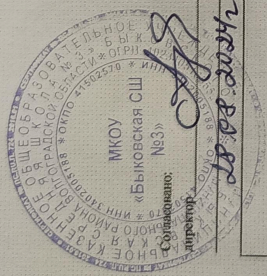
Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортопозжко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<i>Завтрак</i>							
Квашеная капуста с маслом растительным	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	20
Гуляш из отварного мяса птицы	100	12,02	11,79	3,27	167,27	246/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Чай с молоком	200	1,60	1,10	12,58	66,62	54-4тв/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	540	22,14	21,09	68,21	552,25		93,5

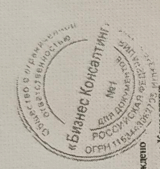
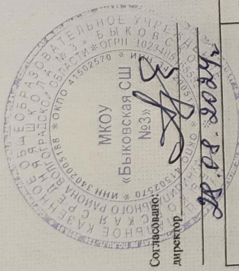


«Бизнес Консалтинг»
Учреждение
ОГРН 5007003000000
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Королькова Е. Ю.

Наименование товара	Вес блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		№ рец.	цена руб/кг
	7-11 лет	7-11 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	7-11 лет		
Ден. Зипседа Е. Суела	7-11 лет	7-11 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	7-11 лет		
Завуски из ошлей (схри кабанкова)	60	1,63	2,82	8,72	67,00	1012004ч	20		
Колбаса масолопуштине из ПФ	100	9,40	6,10	5,90	116,00	ТТК 77-6 /2022	38		
Каша расылацкая, гречишная	150	8,30	6,30	36,00	233,70	1712017ч	17		
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3-мг/2022ч	15		
Хлеб пшеничный дозированных	30	2,1	0,3	14,49	70,14	70/2010ч	3,5		
Итого за завтрак	540	21,63	15,52	75,69	530,36		93,5		



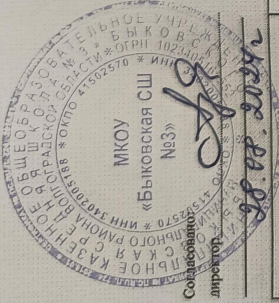
Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	цены рубль
		Б	Ж	У			
День: 4/августа 1: Четверг							
<i>Завтрак</i>							
Салата отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	52,2017м	20
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	90	12,7	8,9	6,3	156,1	229,2017м	38
Квасцовый отварной с маслом	150	3,03	5,94	21,98	153,50	125,7017м	15
Каша с яблоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382,2017м	17
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701,2010м	3,5
Итого за завтрак	470	22,79	22,28	65,31	554,02		96,5



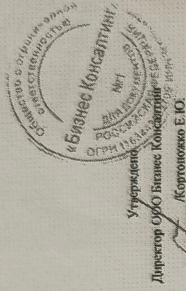
Управление
«Бизнес Консалтинг»
ООО «Бизнес Консалтинг»
Директор СОО Бизнес Консалтинг
Доротюк Е. Ю.

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	цена рубль
	7-11 лет	7-11 лет	Б	Ж	У			
День. Снегдла 1: Пастила	7-11 лет	7-11 лет	Б	Ж	У	7-11 лет		
<i>Завтрак</i>								
Консервы закусочные (вегетарианские)	60	1,7	0,1		3,5	22,1	1312017/ч	24
Плов из птицы	200	14,54	15,46		34,20	334,41	2912017/ч	50
Компот из свежих сухофруктов	200	0,50	0,00		19,80	81,00	5413шт/2022л	13
Хлеб пшеничный. Подорожный	40	3,16	0,4		19,32	93,52	7012010/ч	4,5
Итого за завтрак	500	19,90	15,96		76,82	531,03		92,5
Итого за неделю в среднем завтрак	500	20,32	16,04		75,96	549,02		

Сотрудник:
директор



Содобрано
директор

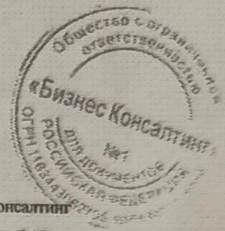


Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Корголюк Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда		Плательные вещества (г)			Энергетическая или калорийность (ккал)	Цена рубль
	7-11 лет	7-11 лет	Б	Ж	У		
День Пиледа 2: Пиледалия:							
Завтрак							
Каши молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	200		5,55	9,74	38,50	264,55	181/2017г
Блинчики (оладьи) с молоком ступенным 50/20	70		5,08	2,98	18,85	122,54	399/2017г
Фрукты по сезону	100		0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017г
Чай с сахаром	200		0,2	0	10,38	42,52	54-2мл/2022г
Хлеб пшеничный восточный	30		2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010г
Итого за завтрак	600		13,60	13,42	92,02	546,55	93,5



Согласовано:
директор

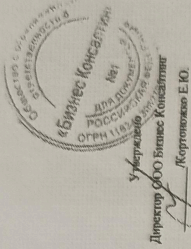


Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<i>Завтрак</i>							
Квашеная капуста с маслом растительным	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	20
Птицы тушеная в сметанном соусе с морковью	90	10,60	9,11	4,93	144,11	54-25м/2022г	40
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,5
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гм/2022г	15
Итого за завтрак	530	19,42	17,31	67,87	505,99		93,5

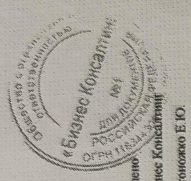


МКОУ
«БЫКОВСКАЯ СШ №3»
Создано: 1983
директор: *[Signature]*

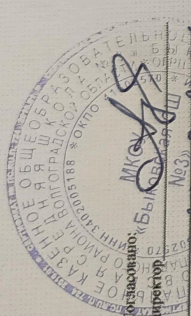


Учреждение
«Бизнес Консалтинг»
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Коротченко Е. Ю.

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубль
	7-11 лет	7-11 лет	Б	Ж	У			
День 3 недели 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак								
Омлет отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	522017м		20
Котлеты печеночные на П/Ф с маслом сливочным 100/5	105	12,83	12,97	10,27	209,13	ТК 77-4 /2022		40
Картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	21,98	153,50	1252017м		15
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	2022а		15
Хлеб пшеничный Водорозливный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	7012010м		3,5
Итого за завтрак	545	19,00	22,89	58,88	518,53			94,5

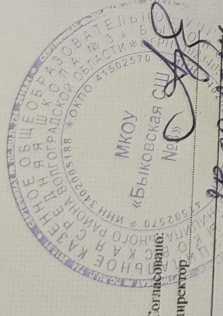


Удобрено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Коргоможко Е.Ю.



Удобрено
 Директор
 № 001-2024

Наименование блюда	Вес блюда	Пшеничные венесгга (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена рубль
		Б	Ж	У		
День 4 недели 2: Четверг						
Завтрак						
Каша молочная "Дружба" из смеси рисовой и пшеничной крупы	200	8,26	11,80	41,05	304,00	54-164/2022к 35
Сыр поршинами	10	2,32	2,95	0,00	36,00	15/2017м 18
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м 20
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382/2017м 17
Хлеб пшеничный Нюшпринг	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м 3,5
Итого за завтрак	540	17,16	18,99	82,92	575,74	

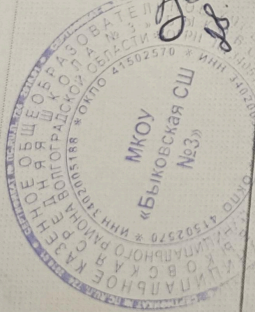


Составлено:
директор

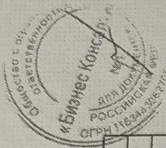
Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Куртимова Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	За реп.	Цена рубль
	7-11 лет	7-11 лет	Б	Ж	У			
День 5 / неделя 2: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	Б	Ж	У	7-11 лет		
Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	3,5	0,1		22,1	131/2017ч	24
Гречка по кусочески	200	13,20	30,00	17,80		333,00	458/2002г	50
Сок фруктовый	200	1,00	20,20	0,00		84,20	389/2017ч	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	19,32	0,4		93,52	700/2010ч	4,5
Итого за завтрак	500	19,06	73,02	18,30		532,82		93,5
Итого за неделю в среднем завтрак	543,00	17,65	18,18	74,94		535,93		



18.08.2017



Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	500	15,8-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Среднее значение за завтрак		18,99	18,11	75,45	542,47
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		24,66	22,92	22,52	23,08
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020		77,00	79,00	335,00	2350,00
Распределение ЭЦ					
	Завтрак			Норма	
					20-25%

Использованная литература: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с
 В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэlements.
 В рационе - йодированная соль, морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.