

Согласовано:

директор



02.09.2024

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание (Завтраки)
для учащихся с 5 по 11 класс (12-18 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.: Делта плюс, 2017. - 544с.

М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Тутельян В.А.

обитания".

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.

Согласовано:

директор

02.09.2024 г.

СШ



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 1 /неделя 1: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Каша молочная из овсянных хлопьев жидкая с маслом и сахаром	250	8,88	14,57	50,24	369,32	182/2017м	35
Блинчики (оладьи) с молоком стуженным 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/2022гн	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,50
Итого за _Завтрак	660	17,72	18,35	108,59	674,70		93,5

Согласовано:

директор

02.09.2024 г

СШ

«Бизнес Ко» 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 1: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Квашеная капуста с маслом растительным	100	1,71	5,01	8,46	85,70	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	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Чай с молоком	200	1,60	1,10	12,58	66,62	54-4гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	620	24,97	24,18	82,98	649,27		93,5

Согласовано:

директор

02.09.2024 г.

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3/неделя 1: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Закуска из овощей (икра кабачковая)	100	2,71	4,70	14,53	111,67	101/2004л	20
Котлеты мяскапустные из П/Ф	100	9,30	6,10	5,90	116,00	ТТК 77-6 /2022	38
Каша рассыпчатая, гречневая	180	9,95	10,74	44,84	315,00	171/2017м	17
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	620	25,42	21,94	95,17	679,71		93,5

Согласовано:

директор

02.09.2024 г.

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
Завтрак							
Свекла отварная с маслом растительным	100	1,47	6,00	8,30	92,80	52/2017м	20
Котлеты рыбные из П/Ф с соусом томатным 100/20	120	10,96	8,18	9,17	154,14	77-1/54-3сс/ 2022н	38
Картофель отварной с маслом	180	3,63	7,12	26,18	183,32	125/2017м	15
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382/2017м	17
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	640	23,30	25,24	80,55	642,38		93,5

Согласовано: _____
 директор _____

02.09.2024г



Утверждено.
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Консервы закусочные (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,38	131/2017м	24
Плов из птицы	230	16,72	17,78	39,33	384,57	291/2017м	50
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/ 2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,5
Итого за завтрак	570	23,21	18,34	84,25	595,47		93,5
Итого за неделю в среднем завтрак	622	22,92	21,61	90,31	648,31		

Согласовано:

директор

02.09.2024 г



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 1/неделя 2: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	250	6,96	12,82	48,13	330,68	181/2017м	35
Блинчики (оладьи) с молоком стученным 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	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,50
Итого за завтрак	660	15,80	16,60	106,48	636,06		93,5

Согласовано:

директор

02.09.2024 г.



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Квашеная капуста с маслом растительным	100	1,71	5,01	8,46	85,70	47/2017м	20
Птицы тушеная в сметанном соусе с морковью	100	11,77	10,12	5,48	160,12	54-25м/2022н	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,5
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Итого за завтрак	620	23,42	21,41	83,19	619,02		93,5

Согласовано:

директор

02.09.2024 г



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рсц.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
Завтрак							
Свекла отварная с маслом растительным	100	1,47	6,00	8,30	92,80	52/2017м	20
Котлеты печеночные из П/Ф с маслом сливочным 100/5	105	12,83	12,97	10,27	209,13	ТТК 77-4 /2022	40
Картофель отварной с маслом	180	3,63	7,12	26,18	183,32	125/2017м	15
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	625	21,25	26,57	71,25	608,85		93,5

Согласовано:

директор

02.09.2024 г

«Бизнес К» Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет			
Завтрак						
Каша молочная "Дружба" из смеси рисовой и пшенной крупы	250	10,33	13,59	47,20	54-16к/2022н	35
Сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	15/2017м	18
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	338/2017м	20
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	382/2017м	17
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	600	20,29	20,88	93,90		93,5

