

СОГЛАСОВАНО:

Директор _____



УТВЕРЖДАЮ:

директор ООО "Бизнес Консалтинг"

/ Кртоножко Е.Ю



**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с 5 по 11 класс (12-18 лет),
для муниципальных общеобразовательных школ**

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

детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки " Новосибирский научно- исследовательский
институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с

Скурихин И.М., Тутельян В.А.

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 макронутриентов.

В рационе - йодированная соль; изделия из морской рыбы. В меню включены сезонные овощи и фрукты.

Согласовано:
директор _____



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 1 /неделя 1: Понедельник							
<i>Завтрак</i>							
Каша жидкая молочная овсяная «Геркулес»	200	9,00	11,18	24,10	233,65	182/2017м	36
Блинчики со сгущенным молоком	70	3,91	3,68	21,95	136,56	399/2017м	25
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,67
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017м	20
Какао с молоком	200	4,07	2,50	17,56	109,00	382/2017м	15
Итого за _Завтрак	600	19,69	18,48	89,63	606,01		99,67
Всего за Понедельник	600	19,69	18,48	89,63	606,01		

Согласовано:
директор _____



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.



День 2/неделя 1: Вторник

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
<i>Завтрак</i>							
Консервы закусочные (икра кабачковая)	100	2,71	4,7	14,43	111,66	101/2004л	20
Котлеты домашние из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	12,72	12,88	6,48	193,16	ТТК 77-3/2022 54-3сс/2022н	44
Макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,36	236,16	203/2017м	20
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,67
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54/2гн/2022н	12
Итого за завтрак	630	24,42	24,18	86,67	663,10		99,67
Всего за Вторник	630	24,42	24,18	86,67	663,10		

Согласовано:
директор _____



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



День 3/неделя 1: Среда

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
<i>Завтрак</i>							
Свекла отварная с маслом	100	6	1,47	8,27	92,8	52/2017м	20
Гречка по-Купечески с мясом	200	13,20	17,80	37,50	363,00	458/2002г	56
Хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	701/2010м	3,67
Компот из смеси сухофруктов (с добавлением витамина С)	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн/022н	20
Итого за завтрак	550	23,55	20,47	92,27	669,80		99,67
Всего за Среду	550	23,55	20,47	92,27	669,8		

Согласовано:

директор _____



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.



День 4/неделя 1: Четверг

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			

Завтрак

Консервы закусочные (Зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,8	131/2017м	20
Котлеты рыбные из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	12,30	4,70	6,90	119,00	ТТК 77-1/ 54-3сс/2022н	44
Каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	5,64	5,76	43,8	249,6	171/2017м	20
Хлеб пшеничный	40	3,08	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,67
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	12
Итого за завтрак	640	24,01	11,70	85,04	549,88		99,67
Всего за Четверг	640	24,01	11,70	85,04	549,88		

Согласовано:
директор _____



День 5/неделя 1: Пятница

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	20
Тефтели "Оригинальные" из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	10,66	13,78	4,08	183,16	ТТК 77-5/ 54-3сс/2022н	41
Макароньы отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,36	236,16	203/2017м	20
Хлеб пшеничный	20	1,54	0,48	10,68	53,20	701/2010м	3,67
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Итого за завтрак	580	20,00	23,14	69,77	567,46		99,67
Всего за Пятницу	580	20,00	23,14	69,77	567,46		

Согласовано:

директор _____



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.



День 1/неделя 2: Понедельник

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			ая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
<i>Завтрак</i>							
Каша молочная жидкая манная с маслом и сахаром	200	5,55	9,74	38,5	264,55	181/2017м	36
Сыр порция	10	2,63	2,66	0,00	36,00	15/2017м	20
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017м	20
Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,90	9,30	87,50	54-23гн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,08	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,67
Итого за завтрак	550	15,46	17,70	79,16	549,45		99,67
Всего за Понедельник	550	15,46	17,70	79,16	549,45		

Согласовано:
директор _____



Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
№1/Коргоножко Е.Ю.



День 2 /неделя 2: Вторник

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
<i>Завтрак</i>							
Свекла отварная с маслом	100	6	1,47	8,27	92,8	52/2017м	20
Голубцы ленивые из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	6,58	9,96	9,68	137,86	ТТК 77-6/ 54-3сс/2022н	41
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	10,74	5,16	43,2	262,2	171/2017м	20
Хлеб пшеничный	20	0,48	1,54	10,68	53,20	701/2010м	3,67
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	15
Итого за завтрак	620	23,96	18,21	79,01	576,14		99,67
Всего за Вторник	620	23,96	18,21	79,01	576,14		

Согласовано:

директор _____



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоужко Е.Ю.
№1



День 3 /неделя 2: Среда

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			

Завтрак

Консервы закусочные (Зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,8	131/2017м	20
Фрикадельки натуральные из п.ф	100	12,06	13,90	0,90	176,94	ТТК77-7	44
Макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,36	236,16	203/2017м	20
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,67
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54/2гн/2022н	12
Итого за завтрак	610	23,88	20,66	72,46	572,02		99,67
Всего за Среду	610	23,88	20,66	72,46	572,02		

Согласовано:
директор _____



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



День 4/неделя 2: Четверг

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
<i>Завтрак</i>							
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	20
Плов из птицы	250	19,42	18,07	39,00	396,37	291/2017м	60
Хлеб пшеничный	40	3,08	1,00	21,36	114,40	701/2010м	4,67
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Итого за завтрак	550	23,82	22,07	76,01	605,71		99,67
Всего за Четверг	550	23,82	22,07	76,01	605,71		

Согласовано:
директор _____



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

День 5 /неделя 2: Пятница

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
<i>Завтрак</i>							
Консервы закусочные (икра кабачковая)	100	2,71	4,7	14,43	111,66	101/2004л	20
Котлеты куриные из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	9,72	9,5	10,14	164,94	ГТК 77-2/2022 54-3сс/2022н	40
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	10,74	5,16	43,2	262,2	171/2017м	20
Хлеб пшеничный	50	1,25	1,25	26,90	143,00	701/2010м	4,67
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	15
Итого за завтрак	650	24,58	20,69	101,85	711,88		99,67
Всего за Пятницу	650	24,58	20,69	101,85	711,88		