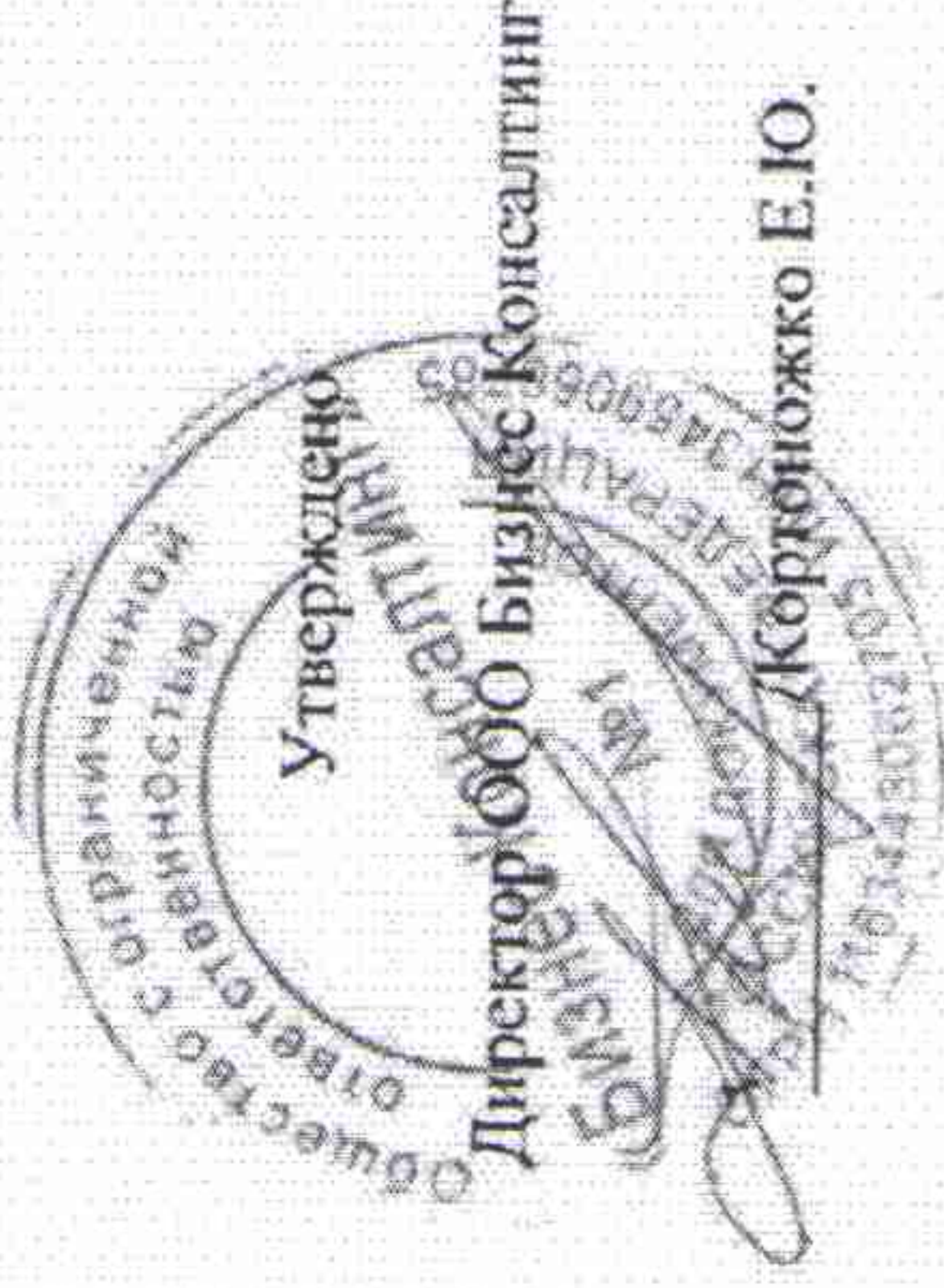


Согласовано:

директор

*М.В. Муравьева*



**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание  
для учащихся с 5 по 11 класс (12-18 лет) ОВЗ группы ( завтрак+полдник),  
для 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 бюджета 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.

- М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Тутельян В.А.

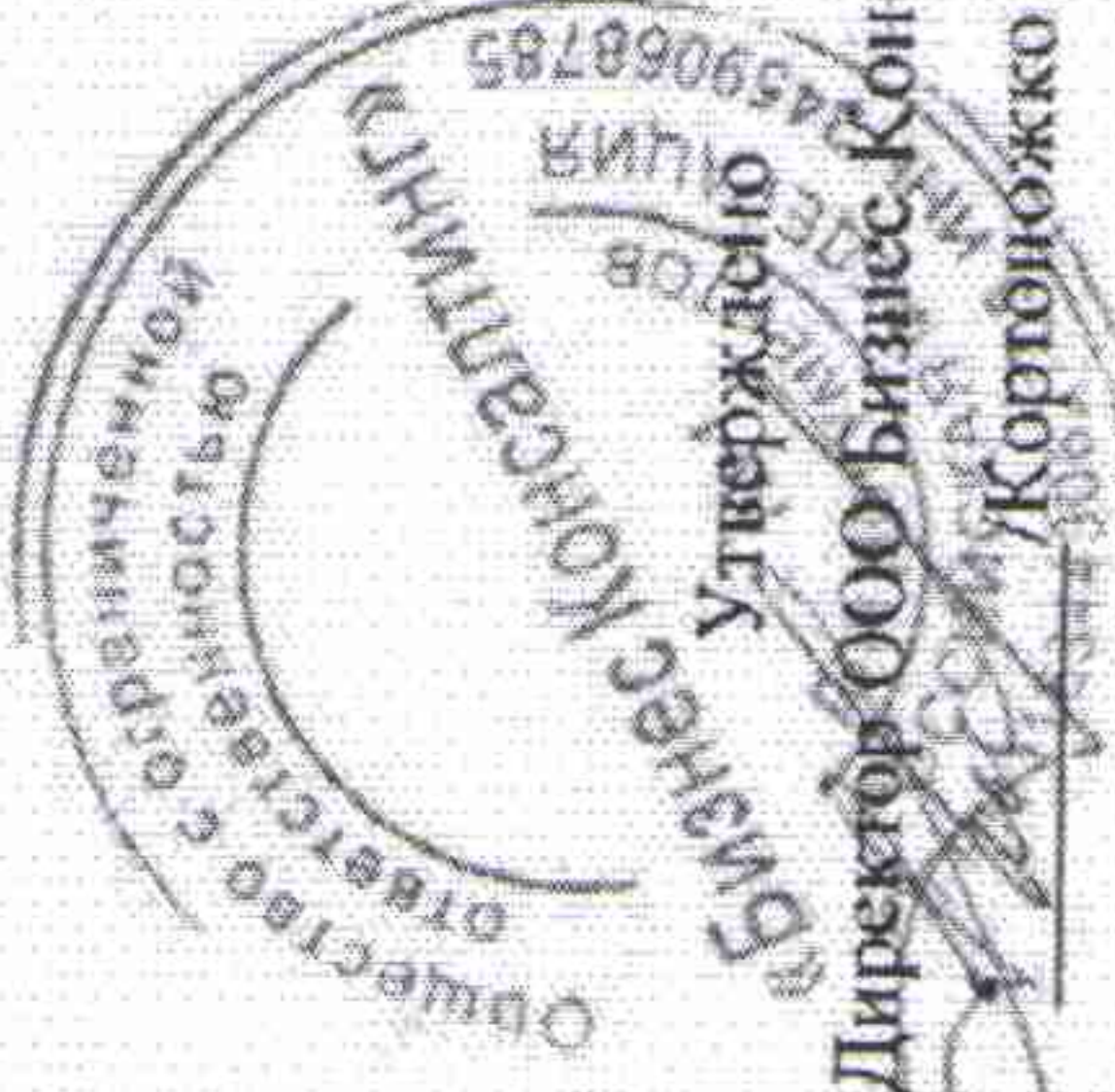
обитания".

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 макронутриентов.

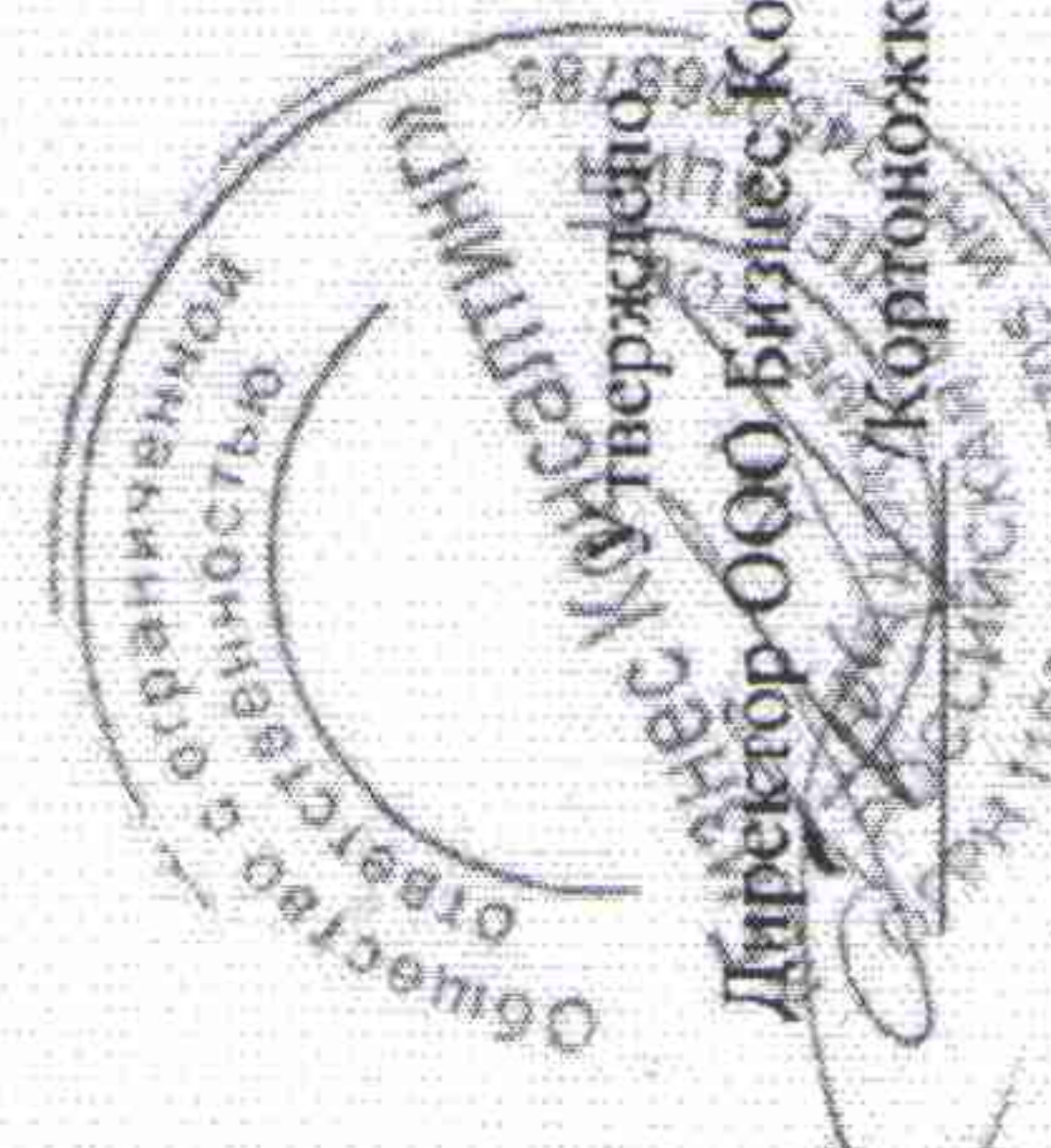
В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Жортоножко Е.Ю.

Согласовано: [Signature]  
Директор [Signature]

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
<b>Завтрак</b>							
День /неделя 1: Понедельник	12-18 лет				12-18 лет		
Каша молочная из овсяных хлопьев жидкая с маслом и сахаром	250	8,88	14,57	50,24	369,32	182/2017м	35
Блинчики (оладьи) с молоком сгущенным 50/20	70	5,08	2,98	18,85	122,54	399/2017м	28
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	3,05
<b>Итого за _Завтрак</b>	<b>660</b>	<b>17,72</b>	<b>18,35</b>	<b>108,59</b>	<b>674,70</b>		<b>96,05</b>
<b>Полдник</b>							
Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017м	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>5,26</b>	<b>10,90</b>	<b>77,59</b>	<b>429,52</b>		<b>25</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1010,00</b>	<b>22,98</b>	<b>29,25</b>	<b>186,18</b>	<b>1104,22</b>		<b>121,05</b>



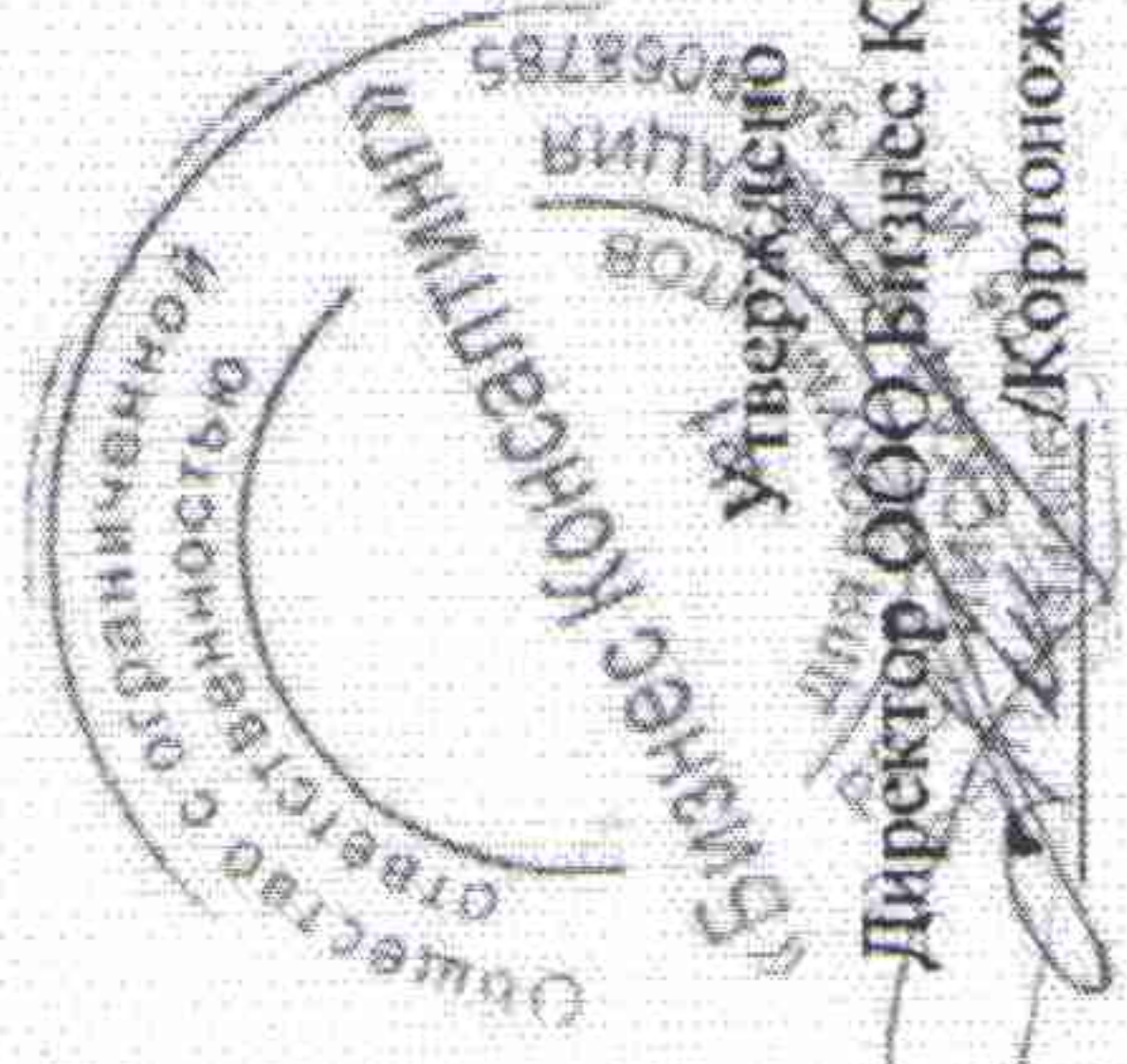
Согласовано: *М.А.А. Аманжолулы* *СМ 4*  
 директор *М.А.А. Аманжолулы*  
*Е.С.Исмаилов*  
 Директор ООО Бизнес-Консалтинг  
 Коргоножко Е.Ю.

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			
<b>День 2/неделя 1: Вторник</b>							
<i>Завтрак</i>							
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	18
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	3,05
<b>Итого за завтрак</b>	<b>620</b>	<b>23,87</b>	<b>23,08</b>	<b>90,20</b>	<b>663,65</b>		<b>96,05</b>
<i>Полдник</i>							
Каша молочная жидкая пшеничная, с сахаром и маслом	150	4,22	4,99	12,90	203,60	182/2017м	15
Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,60	54-3гн/2022н	8
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	701/2010м	2
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>6,02</b>	<b>5,19</b>	<b>30,49</b>	<b>282,96</b>		<b>25</b>
<b>Всего за Вторник</b>	<b>970</b>	<b>29,89</b>	<b>28,27</b>	<b>120,69</b>	<b>946,61</b>		<b>121,05</b>

Согласовано: МКОУ  
 директор *А.А.Ост*, Муниципальная СШ,  
*Е.С.Николаева*

Отдел ответственности  
 Ответственность  
 Бизнес-Консалтинг  
 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 3/неделя I: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
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	20
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	3,05
<b>Итого за завтрак</b>	<b>620</b>	<b>25,42</b>	<b>21,94</b>	<b>95,17</b>	<b>679,71</b>		<b>96,05</b>
<b>Полдник</b>							
Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>9,18</b>	<b>9,20</b>	<b>46,14</b>	<b>280,10</b>		<b>25</b>
<b>Всего за Среду</b>	<b>970,00</b>	<b>34,60</b>	<b>31,14</b>	<b>141,31</b>	<b>959,81</b>		<b>121,05</b>



Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Коргоножко Е.Ю.

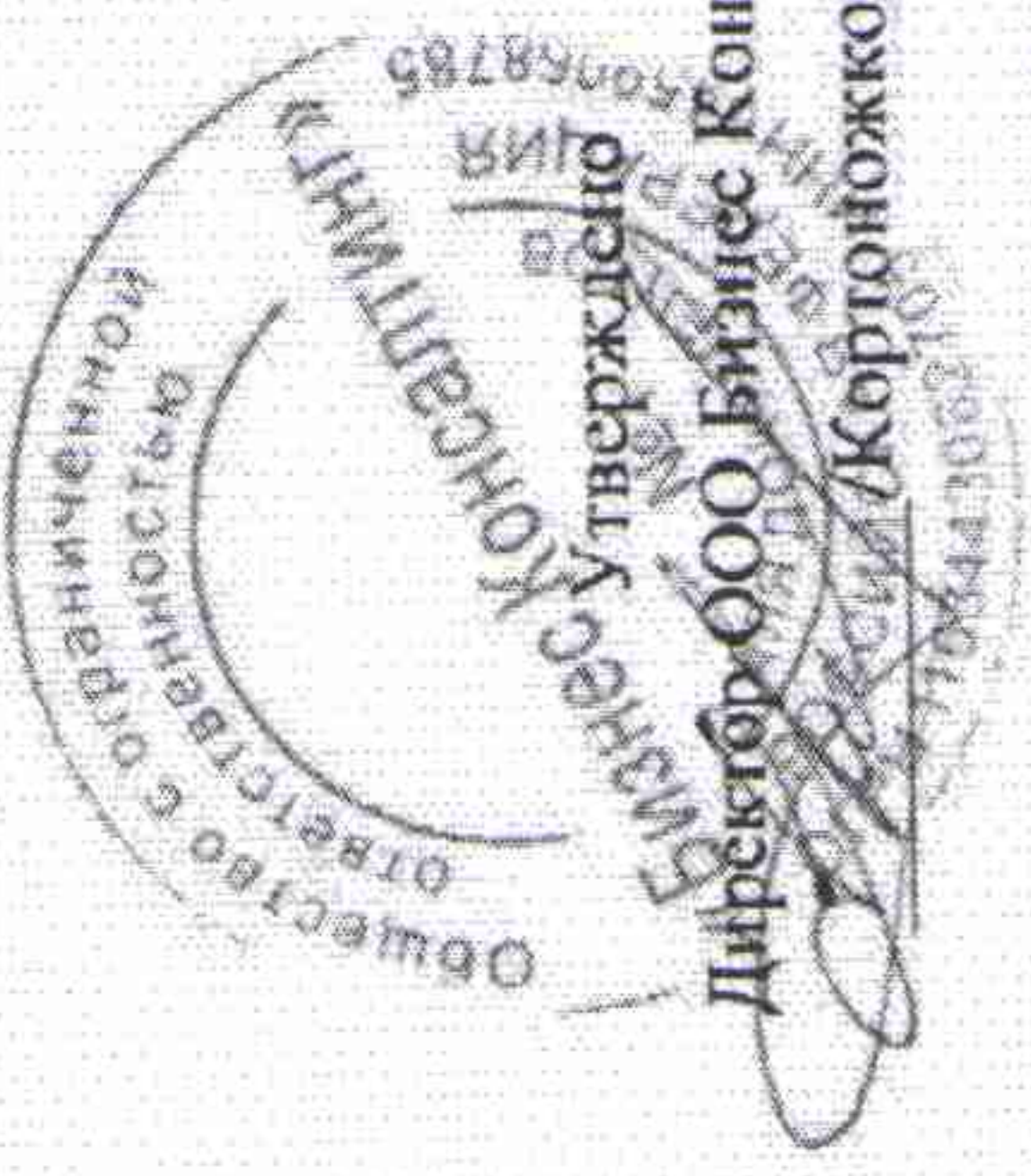


Согласовано:  
директор *Е.С. Мисюкова*

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
<b>Завтрак</b>							
Свекла отварная с маслом растительным	100	1,47	6,00	8,30	92,80	52/2017м	20
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	14,11	9,9	7	173,44	229/2017м	40
Каша ячневая с овощами	180	5,26	7,90	28,72	205,92	54-28к/2022н	18
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,05
<b>Итого за завтрак</b>	<b>520</b>	<b>28,08</b>	<b>27,74</b>	<b>80,92</b>	<b>684,28</b>		<b>96,05</b>
<b>Полдник</b>							
Макаронные изделия отварные с сахаром	170	5,70	4,31	55,65	284,19	ТТК77-13 /2022	15
Чай каркаде	180	0,14	0,07	6,50	27,19	54-45гн/2022н	10
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>5,84</b>	<b>4,38</b>	<b>62,15</b>	<b>311,38</b>		<b>25</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>870,00</b>	<b>33,92</b>	<b>32,12</b>	<b>143,07</b>	<b>995,66</b>		<b>121,05</b>

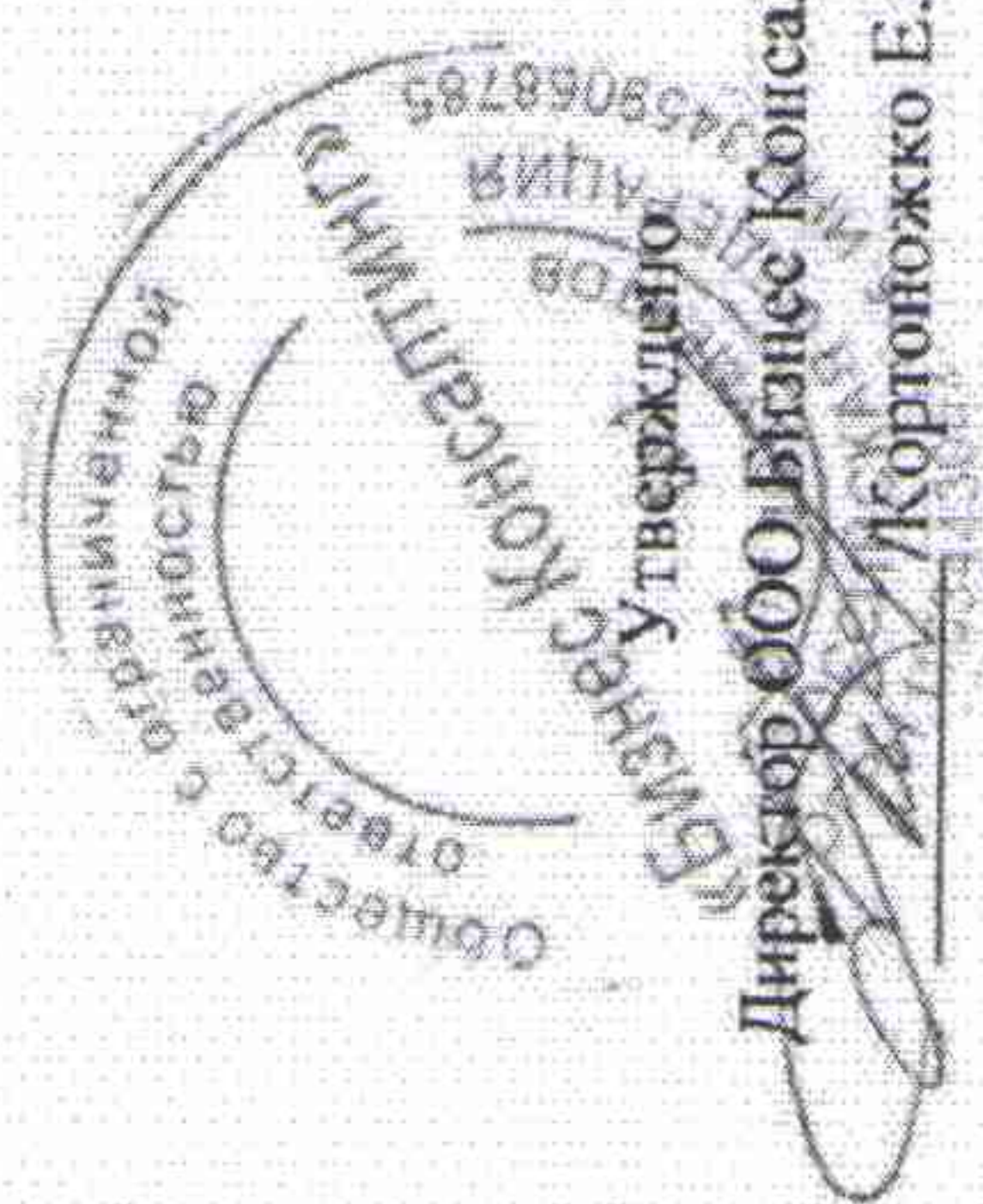


Согласовано: *М.Ш.*  
 директор *Е.С. Николасова*



Бизнес Консалтинг  
 директор *Жортонойко Е.Ю.*

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рублн
		12-18 лет	Б	Ж			
День 5/неделя 1: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Консервы закусовые (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	53
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хм/ 2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,05
<b>Итого за завтрак</b>	<b>570</b>	<b>23,21</b>	<b>18,34</b>	<b>84,25</b>	<b>595,47</b>		<b>96,05</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>598</b>	<b>23,66</b>	<b>21,89</b>	<b>91,83</b>	<b>659,56</b>		
<b>Полдник</b>							
Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017м	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>5,26</b>	<b>10,90</b>	<b>77,59</b>	<b>429,52</b>		<b>25</b>
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>920</b>	<b>28,47</b>	<b>29,24</b>	<b>161,84</b>	<b>1024,99</b>		<b>121,05</b>
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>350,00</b>	<b>6,31</b>	<b>8,11</b>	<b>58,79</b>	<b>346,70</b>		

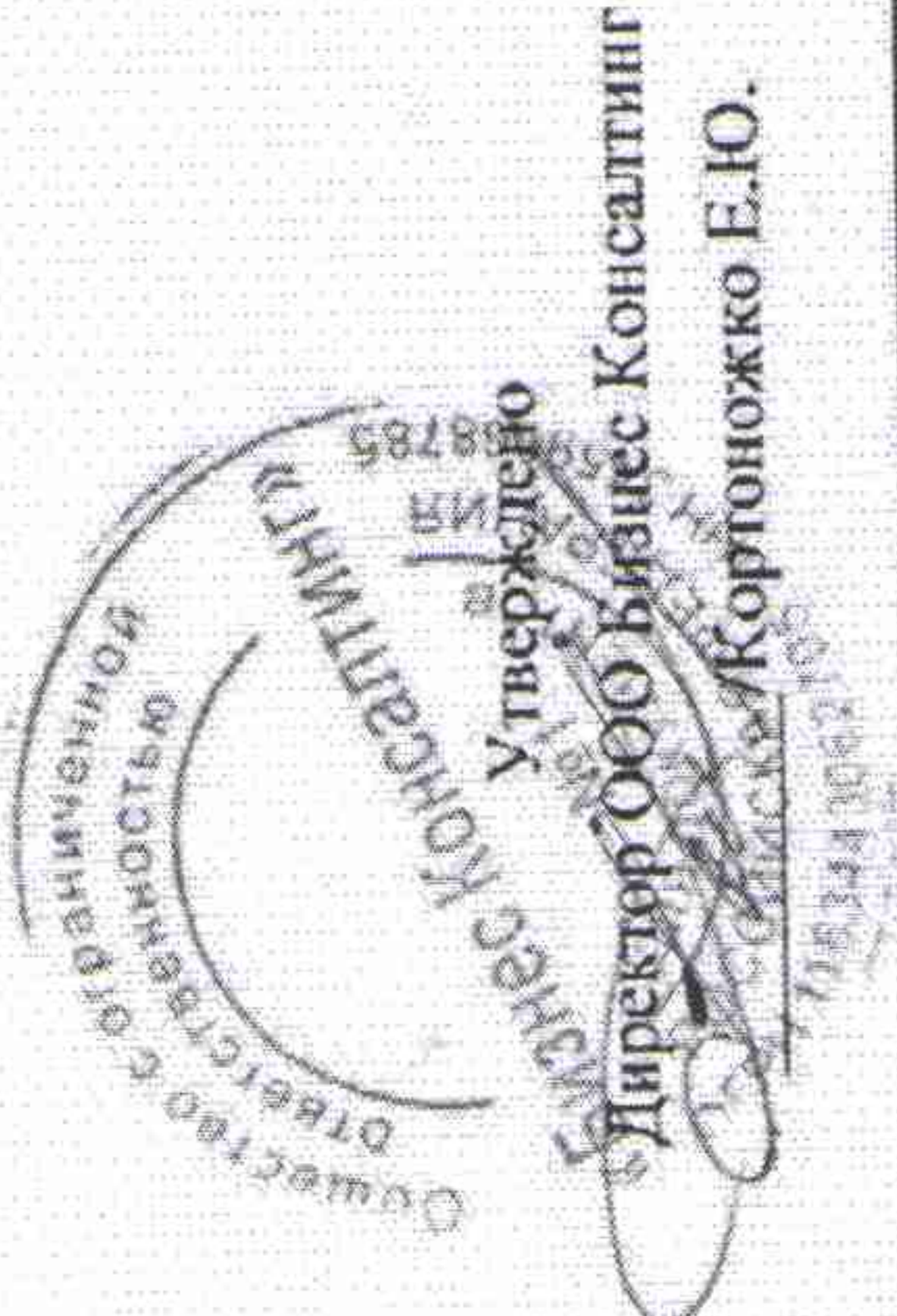


Согласовано: *М.Ю. Лучинская*  
 директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
*Е.С. Кортоножко*

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубль
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	250	6,96	12,82	48,13	330,68	181/2017м	35
Блинчики (оладьи) с молоком сгущенным 50/20	70	5,08	2,98	18,85	122,54	399/2017м	28
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	3,05
<b>Итого за завтрак</b>	<b>660</b>	<b>15,80</b>	<b>16,60</b>	<b>106,48</b>	<b>636,06</b>		<b>96,05</b>
<b>Полдник</b>							
Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>9,18</b>	<b>9,20</b>	<b>46,14</b>	<b>280,10</b>		<b>25</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1010</b>	<b>24,98</b>	<b>25,80</b>	<b>152,62</b>	<b>916,16</b>		<b>121,05</b>



Согласовано: *А.А. Дуванчин*  
 директор *А.А. Дуванчин* *Утверждено*  
*Е.С. Нурмаметов*



Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Коргоножко 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	У 12-18 лет			

**Завтрак**

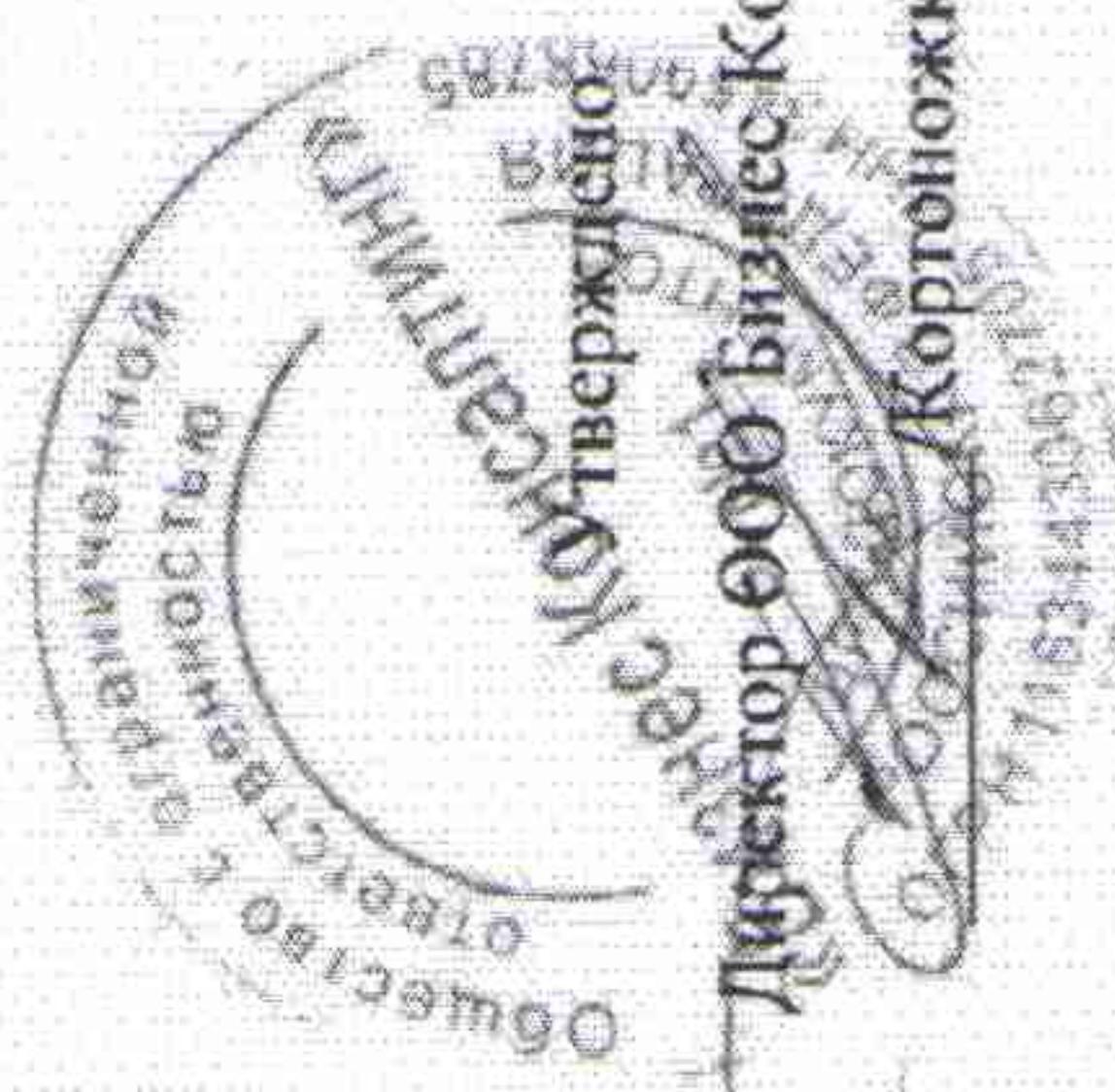
Квашеная капуста с маслом растительным	100	1,71	5,01	8,46	85,70	47/2017м	20
Птицы тушеная в сметанном соусе с морковью	100	11,77	10,12	5,48	160,12	54-25м/2022н	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	18
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,05
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
<b>Итого за завтрак</b>	<b>620</b>	<b>23,42</b>	<b>21,41</b>	<b>83,19</b>	<b>619,02</b>		<b>96,05</b>

**Полдник**

Каша молочная жидкая пшенная, с сахаром и маслом	150	4,22	4,99	12,90	203,60	182/2017м	15
Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,60	54-3гн/2022н	8
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	701/2010м	2
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>6,02</b>	<b>5,19</b>	<b>30,49</b>	<b>282,96</b>		<b>25</b>
<b>Всего за Вторник</b>	<b>970</b>	<b>29,44</b>	<b>26,60</b>	<b>113,68</b>	<b>901,98</b>		<b>121,05</b>



Согласовано: директор ООО "Историческая СШ" *Е.С. Шимонова*



Директор ООО "Историческая СШ" Коргоножко Е.Ю.

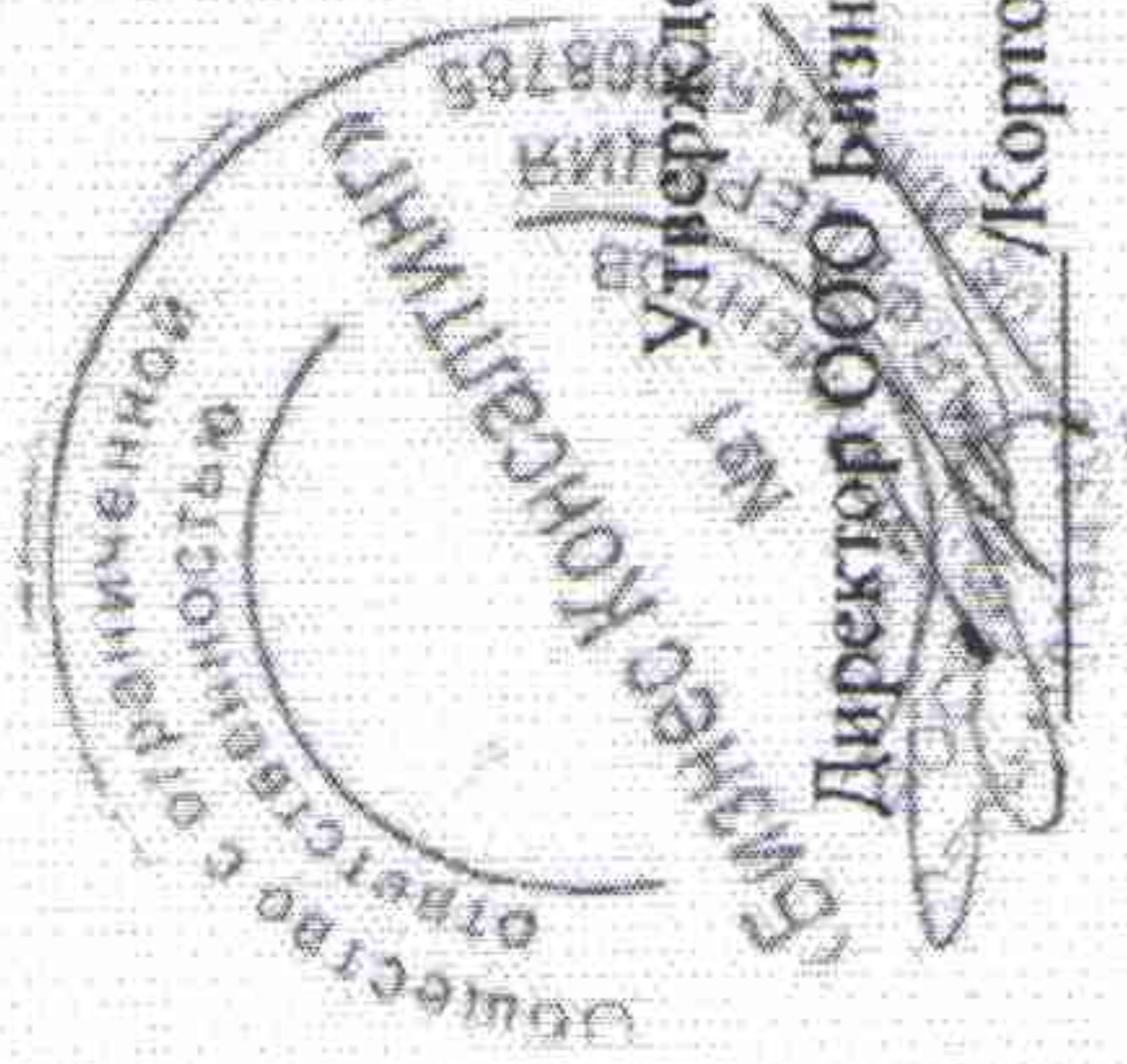
Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**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
Каша рисовая рассыпчатая	180	4,43	5,76	43,79	244,20	171/2017м	18
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	3,05
<b>Итого за завтрак</b>	<b>625</b>	<b>22,05</b>	<b>25,21</b>	<b>88,86</b>	<b>669,73</b>		<b>96,05</b>

**Полдник**

Макаронны отварные с сахаром	170	5,70	4,31	55,65	284,19	ТТК 77-13 /2022	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>5,88</b>	<b>4,31</b>	<b>64,99</b>	<b>322,29</b>		<b>25</b>
<b>Всего за Среду</b>	<b>975</b>	<b>27,93</b>	<b>29,52</b>	<b>153,85</b>	<b>992,02</b>		<b>121,05</b>



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 /Кортоножко Е.Ю.



Согласовано:  
 директор МБОУ Муниципальное Смч  
 Е.С. Анисимова

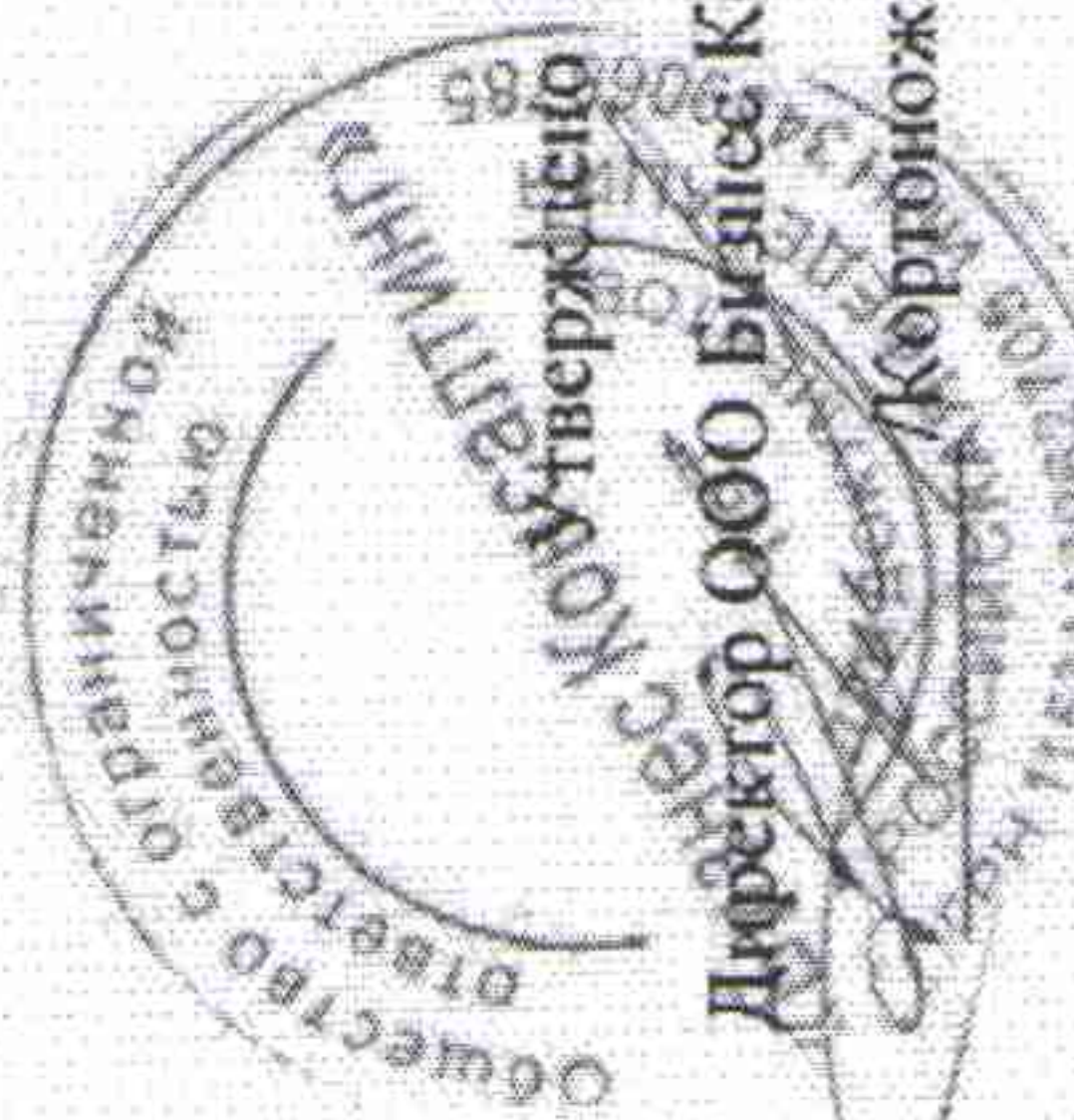
Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			

**Завтрак**

Каша молочная "Дружба" из смеси рисовой и пшенной крупы	250	10,33	13,59	47,20	380,00	54-16к/2022н	35
Сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	36,00	15/2017м	21
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 йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,05
<b>Итого за завтрак</b>	<b>600</b>	<b>20,29</b>	<b>20,88</b>	<b>93,90</b>	<b>675,12</b>		<b>96,05</b>

**Полдник**

Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017м	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>5,26</b>	<b>10,90</b>	<b>77,59</b>	<b>429,52</b>		<b>25</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>950</b>	<b>25,55</b>	<b>31,78</b>	<b>171,49</b>	<b>1104,64</b>		<b>121,05</b>



Общество с ограниченной ответственностью  
**КОНСАЛТИНГ**  
 5009000000  
 директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Козорножко Е.Ю.



Согласовано:  
 директор *Е.С. Козорножко*  
 Е.С. Козорножко

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
<b>Завтрак</b>							
День 5 /неделя 2: Пятница	12-18 лет				12-18 лет		
Консервы закусочные (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,38	131/2017м	24
Гречка по купечески	230	15,18	20,47	34,50	382,95	291/2017м	53
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,20	389/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,05
<b>Итого за завтрак</b>	<b>570</b>	<b>22,17</b>	<b>21,03</b>	<b>79,82</b>	<b>597,05</b>		<b>96,05</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>615,00</b>	<b>20,75</b>	<b>21,03</b>	<b>90,45</b>	<b>639,40</b>		

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
<b>Полдник</b>							
Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>9,18</b>	<b>9,20</b>	<b>46,14</b>	<b>280,10</b>		<b>25</b>
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>920</b>	<b>31,35</b>	<b>30,23</b>	<b>125,96</b>	<b>877,15</b>		<b>121,05</b>
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>350,00</b>	<b>7,10</b>	<b>7,76</b>	<b>53,07</b>	<b>318,99</b>		

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-97,75	544-680
<i>Среднее значение за завтрак</i>		22,20	21,46	91,14	649,48
<i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>		24,67	23,32	23,80	23,88
Норма Полдника по СанПин 10%- 15% ± 5%	350	9-13,5	9,2-13,8	38,3-57,45	272-408
<i>Среднее значение за полдник</i>		6,71	7,94	55,93	332,85
<i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>		7,45	8,63	14,60	12,24
<i>Среднее значение за день</i>		28,91	29,40	147,07	982,32
<i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>		32,12	31,95	38,40	36,11
<i>Потребность в пищевых веществах для обучающихся 12-18 лет по проекту СанПиН 2020</i>					
<b>Распределение ЭЦ</b>		90,00	92,00	383,00	2720,00
				Норма	
		Завтрак	23,88	20-25%	
		Полдник	12,24	10-15%	

учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г  
 организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "  
 В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.  
 В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.