

Согласовано:

директор

М.А.С. Темировская
10.01.2025 2

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с ограниченными возможностями здоровья с 5 по 11 класс (12-18 лет),
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 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.

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.

Согласовано:

директор

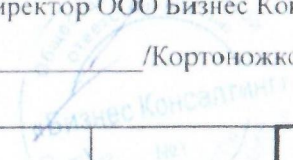
МКУ "Сельскохозяйственное предприятие "Сельхозконсалтинг" СМ.
09.11.2025



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

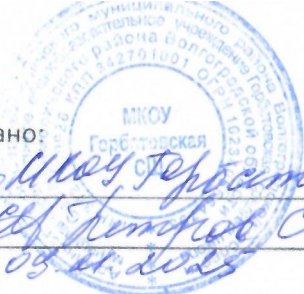


| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рец. | Цена руб |
|-------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | | |
| День1 /неделя 1: Понедельник | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром | 250 | 9,44 | 12,17 | 35,87 | 290,67 | 181/2017м | 35 |
| блинчики (оладьи) с молоком сгущенным | 70 | 4,80 | 4,78 | 14,26 | 119,26 | 399/2017м | 25 |
| какао с молоком | 200 | 4,66 | 3,6 | 12,67 | 101,72 | 54-21гн/2022г | 17 |
| фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338/2017м | 25 |
| хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 701/2010м | 3,32 |
| Итого за _Завтрак | 660 | 22,46 | 21,35 | 91,92 | 652,17 | | 105,32 |
| 2 завтрак | | | | | | | |
| макароны отварные с сыром | 180 | 13,07 | 9,47 | 31,9 | 265,18 | 389/2017м | 17 |
| чай с молоком | 200 | 2,31 | 1,35 | 15,9 | 81 | 54-4гн/2022 | 13 |
| Итого за 2 завтрак | 380 | 15,38 | 10,82 | 47,80 | 346,18 | | 30 |
| Всего за Понедельник | 1040,00 | 37,84 | 32,17 | 139,72 | 998,35 | | 135,32 |

Согласовано:

директор

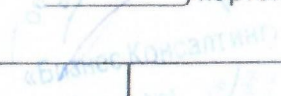
Илюз Герратовска
СМ.



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.



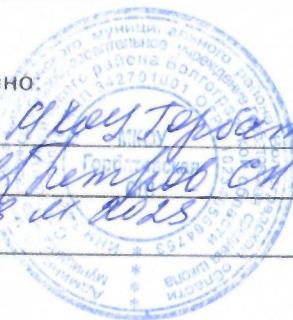
| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рец. | цена рубли |
|-----------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------------------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | | |
| День 2/неделя 1: Вторник | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| капуста квашеная с растительным маслом | 100 | 1,7 | 5 | 8,45 | 87,5 | 47/2017 м | 25 |
| котлета рыбная из п./ф. с соусом 100/20 | 120 | 12,3 | 8,9 | 6,9 | 156,9 | 77/1/2022 54-3сс/2022н | 42 |
| каша рисовая рассыпчатая | 180 | 5,3 | 6,91 | 52,78 | 294,51 | 171/2017М | 20 |
| хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 116,90 | 701/2010м | 3,32 |
| компот из сухофруктов | 200 | 0,50 | 0,00 | 19,80 | 81,20 | 54-1хн/2022н | 15 |
| Итого за завтрак | 650 | 23,72 | 21,31 | 112,08 | 737,01 | | 105,32 |
| 2 завтрак | | | | | | | |
| каша молочная гречневая | 180 | 8,1 | 7,26 | 29,99 | 214,73 | 183/2017м | 16 |
| хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,75 | 701/2010и | 2 |
| чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 10,58 | 43,52 | 54-3гн/2022н | 12 |
| Итого за полдник | 400 | 10 | 7 | 50 | 305 | | 30 |
| Всего за Вторник | 1050 | 34 | 29 | 162 | 1042 | | 135,32 |

Согласовано:

директор

А.К. Горбатова

03.11.2025



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 1: Среда | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| овощи в нарезке по сезону (огурец) | 100 | 1,11 | 0,2 | 3,6 | 22 | 70/71/2017м | 25 |
| биточки, котлеты куриные из п.ф с соусом 100/20 | 120 | 10,18 | 11,33 | 10,07 | 182,97 | 77-2/2022/ 332/2017м | 45 |
| макароны отварные с маслом | 180 | 5,40 | 5,87 | 39,36 | 231,87 | 203/2017м | 20 |
| чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 10,58 | 43,52 | 54-3гн/2022н | 12 |
| хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 701/2010м | 3,32 |
| Итого за завтрак | 640 | 20,15 | 17,80 | 82,93 | 573,88 | | 105,32 |
| 2 завтрак | | | | | | | |
| каша молочная геркулес | 180 | 7,32 | 6,72 | 22,2 | 178,55 | 54-3к/2022н | 13 |
| хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,75 | 701/2010м | 2 |
| какао с молоком | 200 | 4,66 | 3,6 | 12,67 | 101,72 | 54-21гн/2022н | 15 |
| Итого за 2 завтрак | 400 | 14 | 11 | 45 | 327 | | 30 |
| Всего за Среду | 1040,00 | 33,71 | 28,32 | 127,46 | 900,90 | | 135,32 |

Согласовано:

директор

М.Кочу Горбатовская СМ

М.С. Кемуров СМ.

03.01.2025



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 4/неделя 1: Четверг | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | | |

Завтрак

| | | | | | | | |
|---------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|
| каша молочная "Дружба" | 250 | 9,80 | 11,52 | 49,38 | 340,00 | 54-16к/2022н | 40 |
| бутерброд с сыром 40/5/15 | 60 | 6,69 | 8,38 | 19,38 | 180,27 | 3/2017м | 25 |
| фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338/2017м | 25 |
| хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 701/2010м | 3,32 |
| чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 10,38 | 42,38 | 54-2гн/2022н | 12 |
| Итого за завтрак | 650 | 20,25 | 20,70 | 108,26 | 703,17 | | 105,32 |

2 завтрак

| | | | | | | | |
|---------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|
| рагу из овощей | 180 | 2,64 | 8,87 | 16,31 | 155,56 | 143/2017м | 15 |
| хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,75 | 701/2010м | 2 |
| чай с молоком | 200 | 2,31 | 1,35 | 15,9 | 81 | 54-4гн/2022н | 13 |
| Итого за 2 завтрак | 400 | 6,53 | 10,42 | 41,87 | 283,31 | | 30 |
| Всего за Четверг | 1050,00 | 26,78 | 31,12 | 150,13 | 986,48 | | 135,32 |

Согласовано:

директор

*И.К. Торбатова**И.К. Торбатова С.И.**09.01.2025*

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 5/неделя 1: Пятница | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | | |

Завтрак

| | | | | | | | |
|--------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|
| свекла отварная с растительным маслом | 100 | 1,4 | 6 | 8,27 | 92,8 | 52/2017м | 25 |
| гречка по купечески с мясом | 250 | 16,50 | 22,25 | 37,50 | 416,25 | 458/2002г | 62 |
| хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 116,90 | 701/2010м | 3,32 |
| компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 | 342/2017м | 15 |
| Итого завтрак | 600 | 22,01 | 28,91 | 97,80 | 740,55 | 701/2010м | 105,32 |
| Итого за неделю в среднем завтрак | 640 | 22 | 22 | 99 | 681 | | |
| 2 завтрак | | | | | | | |
| рис с овощами | 180 | 5,41 | 7,97 | 36,47 | 239,28 | 379/2017м | 14 |
| хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,75 | 701/2010м | 2 |
| кофейный напиток с молоком | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,6 | 54-23гн/2022н | 14 |
| Итого за 2 завтрак | 400 | 10,16 | 10,85 | 62,08 | 386,63 | | 30 |
| Всего за Пятницу | 1000 | 32,17 | 39,76 | 159,88 | 1127,18 | | 135,32 |
| Итого за неделю в среднем 2 завтрак | 396,00 | 11,12 | 10,01 | 49,30 | 329,63 | | |

Согласовано:

директор

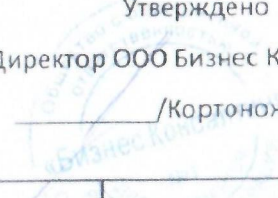
Михаил Терехов
С.И. Терехов



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 | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | | |

Завтрак

| | | | | | | | |
|------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|
| каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом | 250 | 11,30 | 16,02 | 47,65 | 364,58 | 182/2017м | 40 |
| кондитерское изделия (Чоко Пай) | 40 | 7,20 | 8,90 | 15,80 | 171,80 | П.Т | 25 |
| фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338/2017м | 25 |
| хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 701/2010м | 3,32 |
| чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 10,58 | 43,52 | 54-3гн/2022н | 12 |
| Итого за завтрак | 630 | 22,36 | 25,72 | 103,15 | 720,42 | | 105,32 |

2 завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|
| макароны отварные с сыром | 180 | 13,07 | 9,47 | 31,9 | 265,18 | 389/2017м | 17 |
| чай с молоком | 200 | 2,31 | 1,35 | 15,9 | 81 | 54-4гн/2022 | 13 |
| Итого за 2 завтрак | 380 | 15,38 | 10,82 | 47,80 | 346,18 | | 30 |
| Всего за Понедельник | 1010 | 38 | 37 | 151 | 1067 | | 135,32 |

Согласовано:

директор И.И. Горбатова
И.И. Горбатова
05.01.2025

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 | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| овощи в нарезке по сезону (помидор) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,6 | 22 | 70/71/2017м | 22 |
| котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20 | 120 | 8,32 | 13,15 | 7,17 | 180,62 | 77-3/2022-331/2017м | 45 |
| макароны отварные с маслом | 180 | 5,40 | 5,87 | 39,36 | 231,87 | 203/2017м | 20 |
| компот из сухофруктов | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81,2 | 54-1хн/2022н | 15 |
| хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 | 701/2010м | 3,32 |
| Итого за завтрак | 630 | 17,69 | 19,52 | 84,42 | 585,83 | | 105,32 |
| 2 завтрак | | | | | | | |
| каша молочная геркулес | 180 | 7,32 | 6,72 | 22,2 | 178,55 | 54-3к/2022н | 13 |
| хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,75 | 701/2010м | 2 |
| какао с молоком | 200 | 4,66 | 3,6 | 12,67 | 101,72 | 54-21гн/2022н | 14 |
| Итого за 2 завтрак | 400 | 14 | 11 | 45 | 327 | | 29 |
| Всего за Вторник | 1030 | 31 | 30 | 129 | 913 | | 134,32 |

Согласовано:

директор

И.Ю. Кортоножко
С.Н. Петров
09.01.2025

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

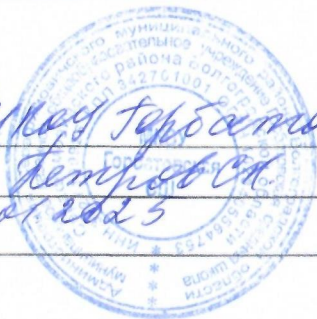
/Кортоножко Е.Ю.

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рец. | цена рубли |
|-------------------------------------|------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | | |
| День 3 /неделя 2: Среда | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| овощи в нарезке по сезону (огурец) | 100 | 1,11 | 0,2 | 3,6 | 22 | 70/71/2017м | 25 |
| плов из птицы | 200 | 13,54 | 14,46 | 29,20 | 301,10 | 291/2017м | 65 |
| чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 10,58 | 43,52 | 54-3гн/2022н | 12 |
| хлеб пшеничный | 50 | 3,85 | 1,20 | 26,70 | 133,00 | 701/2010м | 3,32 |
| Итого за завтрак | 550 | 18,8 | 15,86 | 70,08 | 499,62 | | 105,32 |
| 2 завтрак | | | | | | | |
| рис с овощами | 180 | 5,41 | 7,97 | 36,47 | 239,28 | 379/2017м | 14 |
| хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,75 | 701/2010и | 2 |
| кофейный напиток с молоком | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,6 | 54-23гн/2022н | 14 |
| Итого за полдник | 400 | 10 | 11 | 62 | 387 | | 30 |
| Всего за Среду | 950 | 28,96 | 26,71 | 132,16 | 886,25 | | 135,32 |

Согласовано:

директор

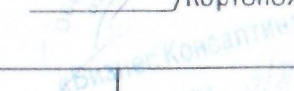
Илья Гурбанович СС
А.В. Демуров
 03.01.2023



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 4/неделя 2: Четверг | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| свекла отварная с растительным маслом | 100 | 1,4 | 6 | 8,27 | 92,8 | 52/2017м | 25 |
| биточки , котлеты куриные из п.ф с соусом 100/20 | 120 | 10,18 | 11,33 | 20,07 | 222,97 | 77-2/2022/ 332/2017м | 45 |
| картофель тушеный с луком | 180 | 4,43 | 5,20 | 17,52 | 136,19 | 145/2017м | 20 |
| чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 10,38 | 42,38 | 54-2гн/2022н | 12 |
| хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 701/2010м | 3,32 |
| Итого за завтрак | 640 | 19,37 | 22,93 | 75,56 | 587,86 | | 105,32 |
| Полдник | | | | | | | |
| рагу из овощей | 180 | 2,64 | 8,87 | 16,31 | 155,56 | 143/2017м | 15 |
| хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,75 | 701/2010м | 2 |
| чай с молоком | 200 | 2,31 | 1,35 | 15,9 | 81 | 54-4гн/2022н | 13 |
| Итого за Полдник | 400 | 6,53 | 10,42 | 41,87 | 283,31 | | 30 |
| Всего за Четверг | 1040 | 25,90 | 33,35 | 117,43 | 871,17 | | 135,32 |

Согласовано:

*директор ООО Торбатовская ССР
И.А. Демуров С.И.
05.01.2025*

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 5 /неделя 2: Пятница | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | 12-18лет | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| винегрет овощной | 100 | 1,30 | 4,50 | 7,70 | 76,00 | 67/2017 | 25 |
| котлеты мясикапустные из п./ф. | 100 | 9,93 | 12,66 | 5,76 | 176,70 | 77-6/2022 | 45 |
| макаронь отварные с маслом | 180 | 5,40 | 5,87 | 39,36 | 231,87 | 203/2017м | 20 |
| хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 116,90 | 701/2010м | 3,32 |
| чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 10,58 | 43,52 | 54-3гн/2022н | 12 |
| Итого завтрак | 630 | 20,88 | 23,53 | 87,55 | 644,99 | | 105,32 |
| Итого за неделю в среднем завтрак | 616,00 | 19,82 | 21,51 | 84,15 | 607,74 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| каша молочная пшеничная | 180 | 5,06 | 5,98 | 15,48 | 135,98 | 182/2017м | 14 |
| хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 46,75 | 701/2010м | 2 |
| кофейный напиток с молоком | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,6 | 54-23гн/2022н | 14 |
| Итого за полдник | 400 | 9,81 | 8,86 | 41,09 | 283,33 | | 30 |
| Всего за Пятницу | 913 | 30,69 | 32,39 | 128,64 | 928,32 | | 135,32 |
| Итого за неделю в среднем полдник | 372,67 | 11,09 | 10,29 | 47,47 | 1626,47 | | |