



Согласовано:
директор

Утверждено с ограничением ответственности
Директор ООО
_____ /Кортоножко Е.Ю.
«Бизнес Консалтинг»
РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
№ 1
для документов
Организации
63443062705

Перспективное

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) школьников с особенностями питания по здоровью (диабет) возрастной группы 7-11 лет

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. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

САНПИН 1.2. 3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

Согласовано:

директор

Е. А. Александрова

Утверждено
Директор ООО
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/		Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	7-11 лет	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1/ день 1 Понедельник

Завтрак

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	200	7,55	9,74	28,67	232,54	35
п.т	печенье галетное	22	2,20	2,10	15,00	86,50	25
54-2гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	2,69	61,8	17
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	25
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32
	Итого завтрак	552	16,49	16,17	70,98	473,82	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

директор

Е.А. Державина

Утверждено
Директор ООО

Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал		
						7-11 лет	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1/ день 2 Вторник

Завтрак

47/2017 м	капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	52,5	25
77/1/2022							
54-3сс/2022н	котлета рыбная из п./ф. с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	42
171/2017М	каша рисовая рассыпчатая	150	3,7	4,80	36,50	203,50	20
702/2010м	хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	61,30	3,32
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов без сахара	200	0,5	0	9,82	41,28	15
	Итого завтрак	570	19,76	17,14	78,05	515,48	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

директор

С.А. Родина

Утверждено
Директор ООО
/Коротаюк Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1/ день 3 Среда

Завтрак

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	60	0,67	0,12	2,16	13,2	25
77-2/2022/ 332/2017м	биточки, котлеты куриные из п.ф с соусом 100/20	120	10,18	11,33	7,07	147,85	45
203/2017м	макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	20
54-3гн/2022н	чай с лимоном без сахара	200	0,3	0	3,58	15,52	12
702/2010м	хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	61,30	3,32
	Итого	570	18,79	16,79	65,37	434,67	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

директор

С.А. Курякова

Утверждено ограниченной
Директор ООО
/Кортоненко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал		
						7-11 лет		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1/ день 4 Четверг

Завтрак

54-16к/2022н	каша молочная "Дружба"	200	7,84	9,22	29,61	232,78	40
3/2017м	бутерброд с сыром 40/5/15	60	6,69	8,38	19,38	180,27	25
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	25
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32
54-1гн/2022н	чай без сахара	200	0,2	0	0,1	1,4	12
	Итого завтрак	590	16,81	18,33	73,71	507,43	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

директор

Е.А. Струмина

Утверждено

Директор ООО

Евгений Константинович Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с особенностями питания по #Дорожно-возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал		
							7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
Неделя 1/ день 5 Пятница								

Неделя 1/ день 5 Пятница

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68	25
458/2002г	гречка по купечески с мясом	200	13,20	17,80	30,00	333,00	62
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32
342/2017м	компот из свежих плодов без сахара	200	0,16	0,16	17,98	74	15
	Итого завтрак	490	15,88	21,89	67,76	508,66	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:
 директор Э.А. Терехова

Утверждено
 директор ООО
 «Бизнес-консалтинг»
 Короткошко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью, возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	7-11 лет	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 2/ день 6 Понедельник

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с маслом	200	7,25	10,26	20,60	203,74	40
п.т	печенье галетное	22	2,20	2,10	15,00	86,50	25
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	25
702/2010м	хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	61,30	3,32
54-3гн/2022н	чай с лимоном без сахара	200	0,3	0	3,58	15,52	12
	Итого завтрак	562	12,4	13,2	68,7	414,1	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

директор

С.А. Пермяков

Утверждено
с ограничением
директор ООО
«Бизнес-консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал		
							7-11 лет	
1	2							
Неделя 2/ день 7 Вторник								
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	60	0,66	0,12	2,16	13,2		22
77-3/2022-331/2017м	котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20	120	8,32	13,15	7,17	180,62		45
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80		20
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов без сахара	200	0,5	0	9,82	41,28		15
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98		3,32
	Итого завтрак	560	16,56	18,50	66,77	477,88		105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

Завтрак

Согласовано:

директор

С. И. Порошина

Утверждено

Директор ООО

Е. Ю. Мортонюк

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с особенностями питания по возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал	7-11 лет	
1	2	7-11 лет						

Неделя 2/ день 8 Среда

Завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	25
77-6/2022	плов из птицы	200	13,54	14,46	29,20	301,10	65
54-3гн/2022н	чай с лимоном без сахара	200	0,3	0	3,58	15,52	12
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32
	Итого завтрак	490	16,00	14,85	48,62	368,60	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

директор

Е.Н. Картоножко

Утверждено
Директор ООО

Картоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/		Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	7-11 лет	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 2/ день 9 Четверг

Завтрак							
131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,35	0,18	7,92	38,52	25
77-2/2022/332/2017м	биточки , котлеты куриные из п.ф с соусом 100/20	120	10,18	11,33	7,07	147,85	45
145/2017м	картофель тушеный с луком	150	3,70	4,40	14,60	113,50	20
54-1гн/2022н	чай без сахара	200	0,2	0	0,1	1,4	12
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32
	Итого	560	17,11	16,24	44,51	347,25	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

Директор

С.А. Попова

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

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	1	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	цена рубли
				Б	Ж	У		
				7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Неделя 2/ день 10 Пятница

Завтрак

67/2017	винегрет овощной	60	0,78	2,70	4,62	45,60	25
77-4/2022	котлеты печеночные из п./ф.с маслом	105	12,83	12,97	10,27	209,13	45
203/2017м	макаронные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	20
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32
54-3гн/2022н	чай с лимоном без сахара	200	0,3	0	3,58	15,52	12
	Итого завтрак	545	20,99	20,90	66,09	513,03	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Всего за 10 дней	5 489,00	170,78	174,01	650,60	4 560,88	
	Средний суточный рацион	548,9	17,08	17,40	65,06	456,09	

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%

500

15,4-19,25

15,8-19,75

67-83,75

470-587,5