

Согласовано:

директор



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

Д.А. Герасимова Е.А.

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко 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 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/2022н	17
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	25
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,32
Итого за _Завтрак	650	21,67	21,25	87,09	628,79		105,32
2 завтрак							
макаронны отварные с сыром	150	10,9	7,9	26,6	221,1	389/2017м	17
чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81	54-4гн/2022	13
Итого за 2 завтрак	350	13,21	9,25	42,50	302,10		30
Всего за Понедельник	1000,00	34,88	30,50	129,59	930,89		135,32

Согласовано:

Директор

Е.А. Артемюк

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Е.А. Артемюк

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

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	150	4,4	5,76	43,99	244,20	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	620	22,89	20,16	103,29	686,70		105,32

2 завтрак

каша молочная гречневая	150	6,75	6,05	25	181,45	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	370	9	6	45	272		30
Всего за Вторник	990	32	26	149	958		135,32

✓



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	ккал	12-18 лет	
1	2							

Неделя 1/ день 3

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	100	1,12	0,2	3,6	22	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	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	20
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	12
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	3,32
	Итого завтрак	620	20,95	16,93	78,20	527,07	105,32

54-3к/2022н	каша молочная геркулес	150	6,1	5,6	18,5	144,5	11
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	2
54-2гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,82	17
	Итого полдник	370	12,34	9,40	40,83	293,07	30

Согласовано:

директор

Р.В. Петрова Е.Н.

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

«Бизнес Кон/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 1: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

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	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,32
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	54-2гн/2022н	12
Итого за завтрак	640	19,46	20,60	103,43	679,79		105,32

2 завтрак

рагу из овощей	150	2,2	7,4	13,6	133,4	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	370	6,09	8,95	39,16	261,15		30
Всего за Четверг	1010,00	25,55	29,55	142,59	940,94		135,32

Согласовано:

Директор

С.А. Кортонжко

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортонжко 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

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	622	21	22	93	650		

2 завтрак

рис с овощами	150	4,51	6,65	30,4	199,51	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	370	9,26	9,53	56,01	346,86		30
Всего за Пятницу	970	31,27	38,44	153,81	1087,41		135,32
Итого за неделю в среднем 2 завтрак	366,00	9,91	8,68	44,75	295,76		

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг

С.А. Короткошко Е.Ю.

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	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
печенье овсяное	40	4,40	6,40	11,20	120,00	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	19,56	23,22	98,55	668,62		105,32

2 завтрак

макаронны 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	35	34	146	1015		135,32



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	ккал	12-18 лет	

Неделя 2/ день 7

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	100	1,12	0,2	3,6	22	22	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	200	0,5	0	19,8	81,2		15
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14		3,32
	Итого завтрак	600	17,71	18,55	77,86	550,76		105,32

54-3к/2022н	каша молочная геркулес	150	6,1	5,6	18,5	144,5		11
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75		2
54-2гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,82		17
	Итого полдник	370	12,34	9,40	40,83	293,07		30

Согласовано:

директор

С.А. Воронцова

Директор ООО Бизнес Консалтинг
«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	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

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	150	4,51	6,65	30,4	199,51	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	370	9	10	56	347		30
Всего за Среду	920	28,06	25,39	126,09	846,48		135,32

Согласовано:

директор

С.А. Морозова



Директор ООО Бизнес Консалтинг

«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	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

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	120	10,18	11,33	20,07	222,97	77-2/2022/	45
100/20	180	4,43	5,20	17,52	136,19	332/2017м	20
картофель тушеный с луком	200	0,2	0	10,38	42,38	145/2017м	12
чай с сахаром	30	2,37	0,3	14,49	70,14	54-2гн/2022н	3,32
хлеб пшеничный	630	18,58	22,83	70,73	564,48	701/2010м	105,32
Итого за завтрак							

Полдник

рагу из овощей	150	2,2	7,4	13,6	133,4	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	370	6,09	8,95	39,16	261,15		30
Всего за Четверг	1000	24,67	31,78	109,89	825,63		135,32

✓

Согласовано:
директор

Dr. Domenico S.A.

M. J. J. J.

13. referred to 7.8.

[illegible]

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

винегрет овощной	100	1,30	4,50	7,70	76,00	67/2017	25
котлеты мясосокапустные из п./ф.	100	9,93	12,66	5,76	176,70	77-6/2022	45
макаронные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	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	600	20,88	22,56	80,99	609,92		105,32
Итого за неделю в среднем завтрак	602,00	19,66	21,10	80,56	589,04		

Полдник

каша молочная пшеничная	150	4,22	4,99	12,9	113,39	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	370	8,97	7,87	38,51	260,74		30
Всего за Пятницу	861	29,85	30,43	119,50	870,66		135,32
Итого за неделю в среднем полдник	344,15	9,97	9,00	43,40	1467,82		