



### Перспективное

## 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

Меню составлено на основании:

- Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В. Т. Лапиной. - М.:
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций Сборник технических нормативов. ФГУ НИЦД Минздрава России, Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. -
- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МДОУ

*В. В. Сидоркина*  
*Сидоркина В. В.*

СОГЛАСОВАНО:

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

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	День						Энергет. ценность
				Пищевые вещества/г/						
			Б	Ж	У				7	
	1	2	3	4	5	6				
<b>Завтрак</b>										
181/2017м		каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	5,55	9,74	38,50				264,55
376/2017м		чай с сахаром	200	0,07	0,02	15				60
701/2010м		хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02				79,80
		<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>7,93</b>	<b>10,48</b>	<b>69,52</b>				<b>404,35</b>



СОГЛАСОВАНО:  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
 /Коргоножко Е.Ю.

2 день

№ рсц. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Завтрак</b>							
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	16,50	8,90	7,50		176,60
312/2017м	картофельное пюре с мас.слив.	100	2,04	3,2	13,63		105,57
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2		62
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,54	0,48	10,68		53,20
	<b>Итого</b>	<b>420,00</b>	<b>20,21</b>	<b>12,60</b>	<b>47,01</b>		<b>397,37</b>

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МДОУ  
*В.И. Сидорова*  
 «Березовка д.п. с/п. с/д.п.»

СОГЛАСОВАНО:  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
*Е.Ю. Кортоножко*  
 «Бизнес Консалтинг»

3 день

№ рсч. по сбор	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Завтрак</b>							
295/332/2017М	биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	80/20	10,18	11,33	7,07	147,85	
203/2017м	макаронны отварные с маслом	100	3,82	4,04	21,32	137,00	
349/2017м	компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8	
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,54	0,48	10,68	53,20	
	<b>Итого</b>	<b>420</b>	<b>16,20</b>	<b>15,94</b>	<b>71,10</b>	<b>470,85</b>	





УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ

*Владимир Николаевич Сидорук*  
*Беларусь С. П. С. П. -*

СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

*Е. Ю.*  
 /Кортоножко Е.Ю.

4 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом и сахаром	200	8,25	8,55	33,11	244,50
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
	<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>10,63</b>	<b>9,29</b>	<b>64,13</b>	<b>384,30</b>

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МДОУ  
*Владимир Владимирович Сидоров*  
*Владимир С. В.*

СОГЛАСОВАНО:  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
*[Подпись]*  
 Короткожко Е.Ю.

5 день

№ респ. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
291/2017м	плов из птицы	180	15,2	8,87	30,68	272,39
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,54	0,48	10,68	53,20
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>16,87</b>	<b>9,37</b>	<b>56,56</b>	<b>387,59</b>



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МДОУ

*Владимирская СПС*  
*Березовая С.Т. С.П.*



СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

*Кортоножко Е.Ю.*

**6 день**

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	
			<b>Завтрак</b>				
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,10	11,66	40,25	295,45	
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	
	Итого	450	11,1	12,9	82,2	490,5	

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МДОУ  
"Воскресенская СОШ"  
Воскресенский район  
Владимирская область  
С.Т. С. Жу-

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
Жортоножко Е.Ю.

7 день

№ рсч. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/					Энергет. ценность
			Б	Ж	У	6	7	
1	2	3	4	5	6	7		
<b>Завтрак</b>								
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	16,50	8,90	7,50		176,60	
312/2017м	картофельное пюре с мас.слив.	100	2,04	3,2	13,63		105,57	
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02		79,80	
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15		60	
	<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>20,92</b>	<b>12,84</b>	<b>52,15</b>		<b>421,97</b>	



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МДОУ  
*Директор МДОУ  
"Звездочка" К. В. С. Р. 2014*

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
*Коргоножко Е.Ю.*

8 день

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							
292/2017М		птица тушенная в соусе с овощами	180	11,178	12,069	15,84	237,6
376/2017М		чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
701/2010М		Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80
		<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>13,56</b>	<b>12,81</b>	<b>46,86</b>	<b>377,40</b>

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МДОУ  
*Директор школы*  
*Внукова С.Т.*

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
*Кортоножко Е.Ю.*

9 день

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							
271/331/2017м		котлеты домашние с соусом	80/20	13,51	8,91	9,74	198,00
171/2017м		каша рассыпчатая гречневая с маслом	100	5,5	5,97	24,9	175
377/2017м		чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м		хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80
		<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>21,450</b>	<b>15,620</b>	<b>65,860</b>	<b>514,800</b>



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ

*Директор МДОР  
Вырученными средствами  
бюджетов с 1 с/м -*



СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

/Кортоножко Е.Ю.

10 день

№ рсч. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
291/2017м	плов из птицы	180	15,2	8,87	30,68	272,39
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80
349/2017м	компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>18,17</b>	<b>9,68</b>	<b>78,73</b>	<b>484,99</b>

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

	ИТОГО	Выход в гр	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1			4	5	6	7
	Итого за весь период	4230	157,018	121,509	634,070	4334,07
<b>ЗАВТРАК</b>	Среднее значение за период	423	15,7018	12,1509	63,407	433,407

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций Сборник технических нормативов. ФГБУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГИОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

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