

Согласовано:

директор *МБОУ "Андриановская СОШ"*

Будуева С.П.



Директор ООО Бизнес Консалтинг

«Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.



Примерное 2-х недельное меню на горячее двух разовое питание (ОВЗ) для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 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.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды 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

Безменова Е.П.

Е.П. Безменова

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Бизнес Консалтинг Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
День 1 /неделя 1: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	200	6,55	9,74	37,5	264,55	181/2017м	26,2
Блинчики с молоком стуженным 50/20	70	3,91	4,08	24,85	151,76	399/2017м	30
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н	14
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за _Завтрак	500	16,36	17,02	88,14	572,95		73,2
Обед							
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	15
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	54-28с/2022н	15
Биточки мясные	90	10,73	15,15	9,76	218,31	268/2017м	30,14
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	11
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	26	26	118	818		90,14
Всего за Понедельник	1270	42,31	43,36	205,69	1391,05		163,34



Согласовано:

директор *МБОУ Внутренней Школы*
Безуглова С.П.

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Бизнес Консалтинг

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,66	0,06	2,04	12,79	70/2017м	12
Котлеты рыбные любительские с соусом 90/30	120	13,00	4,60	6,20	118,20	54-14р/ 54-3сс/2022н	31,2
Каша пшеничная с маслом	150	8,10	6,84	40,66	254,00	171/2017м	15
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	600	24,16	11,80	73,97	498,65		73,2
Обед							
Квашеная капуста с маслом растительным	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	15
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	200	5,1	5,78	18,5	146,42	54-7с/2022н	15
Печень тушеная в соусе	90	11,93	10,1	3,17	151,3	229/2017м	30,14
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	11
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	29	25	109	774		90,14
Всего за Вторник	1370	53	37	183	1272		163,34



Согласовано:

директор *М.В.С. Виноградова*
Безуглова С.П.

Согласовано
директор ООО Бизнес Консалтинг
Бизнес Консалтинг
Корсаков Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3/неделя 1: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	12
Гречка по-купечески с мясом	200	13,2	17,87	37,50	363,00	458/2002г	42,2
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	15
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	510	18	21	82	589		73,2

Обед

Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,00	101/2004л	15
Суп гороховый	200	3,39	5,90	10,84	110,02	54-25с/2022н	15
Жаркое по домашнему	200	16,73	11,30	25,40	270,22	288/2017м	41,14
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	730	27,09	20,75	98,90	690,73		90,14
Всего за Среду	1240	45	42	181	1280		163,34

Согласовано:



директор М.М. Виноградова

Безменова С.Г.

Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец. для документарного подтверждения	цена рублю
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 1: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Жаркое по домашнему	200	16,73	11,30	25,40	270,22	252/2017м	35,2
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	18
Печенье	30	2,2	4,5	17,7	120,1	п.т	7
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	10
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	560	22	17	75	538		73,2

Обед

Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	54/2017м	15
Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,60	3,96	6,90	74,00	54-1с/2022н	15
Птица отварная	90	19,19	14,13	1,01	207,97	288/2017м	30,14
Горошница	150	8,87	3,73	33,80	204,00	54-21г/2022н	11
Компот из изюма	200	0,40	0,10	16,60	68,20	54-4хн/2022н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	36,78	26,25	97,41	772,34		90,14
Всего за Четверг	1330	58,37	42,83	171,98	1309,88		163,34



Согласовано:

директор *М.В.В. Введенская*
Бедарева С.П.

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.
Утверждено
№ 1
43062705

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рублей
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	12
Плов из пшеницы	200	14,54	15,46	34,20	334,41	291/2017м	45,2
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	540	18,80	15,96	65,80	481,45		73,2
Итого за неделю в среднем завтрак	542	20	17	77	536		

Обед

Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м	15
Рассольник ленинградский	200	1,92	5,80	13,22	106,62	54-3с/2022н	15
Запеканка картофельная с мясом	200	21,13	17,26	25,54	342,02	54-13м/2022н	41,14
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	730	28,72	24,01	102,88	738,53		90,14
Всего за Пятницу	1270	48	40	169	1220		163,34
Итого за неделю в среднем обед	754,00	29,49	24,41	105,12	758,69		

Согласовано:

директор *М.В.У. Андреев*
Безуглова С.Г.



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	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	200	5,71	5,80	43,46	248,88	54-16к/2022н	22,2
Блинчики со молоком сгущенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	20
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	18
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	10
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	600	16,78	14,98	98,27	598,70		73,2

Обед

Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017м	15
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	54-28с/2022н	15
Кнели куриные, с соусом сметанным с томатом	90	11,20	13,90	4,22	186,78	301/331/2017м	30,14
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	11
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	25,08	23,57	103,21	732,17		90,14
Всего за Понедельник	1370	42	39	201	1331		163,34

Согласовано:

директор М.В.В. Внучкина
Безусова С.Н.



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 2 /неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Винегрет овощной	60	0,78	2,7	4,62	45,6	67/2017м	12
овощами	90	12,7	9,2	8,8	168,8	229/2017м	30,2
Каша рисовая рассыпчатая	150	4,70	4,80	36,50	208,00	171/2017м	15
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого за завтрак	580	21,64	17,10	79,82	559,44		73,2
Обед							
Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	54/2017м	15
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	1,58	2,17	9,69	68,60	101/2017м	15
Жаркое по домашнему	200	16,73	11,30	25,40	270,22	288/2017м	41,14
Компот из изюма	200	0,40	0,10	16,60	68,20	54-4хн/2022н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	730	24,43	17,90	90,79	625,19		90,14
Всего за Вторник	1310	46,07	35,00	170,61	1184,63		163,34

Согласовано:

директор *М.В.В. Вирамидас*

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Бедусова С. П.

Кортоножко Е.Ю.

Утверждено

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

№ 44

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рублей
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Каша молочная овсяная жидкая, с маслом и сахаром	200	7,09	10,65	40,09	285,33	182/2017м	25,2
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	18
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	12
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	560	14,59	17,95	93,38	607,23		73,2

Обед

Консервы закусочные (кукуруза)	60	1,20	0,20	6,10	31,30	133/2017м	15
Суп крестьянский с крупой	200	5,12	5,78	10,86	115,58	54-10с/2022н	15
Мясо тушеное	90	12,58	15,38	5,56	210,98	256/2017м	30,14
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	11
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	29,74	27,19	104,66	782,45		90,14
Всего за Среду	1330	44	45	198	1390		163,34



Согласовано:

директор *МБОУ «Воскресенская СОШ»*
Будкова С.Н.



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	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,62	2,82	8,72	66,99	101/2004л	12
Котлеты рубленые из кур	90	8,04	10,15	8,29	156,67	294/2017м	33,2
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	15
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	10
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	530	21,71	21,93	90,29	649,25		73,2

Обед

Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м	15
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	200	5,1	5,78	18,5	146,42	54-7с/2022н	15
Гуляш из отварного мяса	90	12,02	11,79	3,27	167,27	246/2017м	30,14
Горошница	150	8,87	3,73	33,80	204,00	54-21г/2022н	11
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	32,00	22,09	111,61	773,98		90,14
Всего за Четверг	1300	53,71	44,02	201,90	1423,23		163,34

«БизнесКонсалтинг»
Корпоративный
сектор ООО Бизнес Конс

Завтрак

Obed

Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,00	101/2004л	15
Суп гороховый	200	3,39	3,60	10,84	89,32	54-25с/2022н	15
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	90	12,7	8,9	6,3	156,1	229/2017м	30,14
Пюре картофельное	150	3,20	5,20	19,80	139,40	128/2017м	11
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	25,92	21,41	107,68	728,91		90,14
Всего за Пятницу	1334	45	39	194	1315		163,34
Итого за неделю в среднем обед	762,00	27,43	22,43	103,59	728,54		