



Согласовано

Директор *Б. В. Власов*

Б. В. Власов

Утверждено
Директор ООО Бизнес
Консалтинг
Е.Ю. /Кортоножко



**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с 5-11класс, являющихся членами семей участников специальной военной операции,
а также для членов многодетных семей.
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 В.А.

САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды 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 М.В. Андреева
Бегунова С.Р.

Утверждено
Директор ООО Бизнес
Консалтинг
«Бизнес Консалтинг»
Е.Ю. Кртоножко

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская 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 манная жидкая с маслом и сахаром	250	8,18	12,17	46,87	330,68	181/2017м	31,78
Блинчики с молоком стуженным 50/20	70	3,91	4,08	24,85	151,76	399/2017м	32,34
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 <u>Завтрак</u>	550	17,99	19,45	97,51	639,08		81,12
Всего за Понедельник	550,00	17,99	19,45	97,51	639,08		



Согласовано:

Директор *МБОУ "Воскресенская СОШ"*
Безусова А.А.

Утверждено
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			
12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Винегрет овощной	60	0,78	2,7	4,62	45,6	67/2017м	12
Тефтели запеченные в соусе	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022н	34,12
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	16
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	560	23,66	18,20	78,93	573,80		81,12
Всего за Вторник	560	24	18	79	574		

Согласовано: _____
Директор *В. В. Вещуева*

Директор



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руббли
		Б	Ж	У			
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет			
День 3/неделя 1: Среда							
Завтрак							
Каша молочная пшеничная, жидкая с маслом и сахаром	250	10,20	8,70	48,15	312,15	182/2017м	39,78
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	22,34
Какао с молоком	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	590	17,36	13,10	89,87	553,07		81,12
Всего за Среду	590,00	17,36	13,10	89,87	553,07		



Согласовано:

Директор *М.В.У. [подпись]*
Будусова С.С.



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
День 4/неделя 1: Четверг							
Завтрак							
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	12
Гречка по-купечески с мясом	250	16,5	22,33	46,87	453,75	458/2002г	50,12
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	550	21,18	25,73	91,06	679,69		81,12
Всего за Четверг	550,00	21,18	25,73	91,06	679,69		



Согласовано:

Директор *М.А. Бездурова*

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
День 5/неделя 1: Пятница							
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	12
Плов из птицы	250	18,17	19,32	42,75	418,01	291/2017м	53,12
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022г	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	550	22,11	19,78	73,67	561,05		81,12
Всего за Пятницу	550	22	20	74	561		
Итого за неделю в среднем завтрак	560,00	20,46	19,25	86,21	601,34		



Согласовано:

Директор *М.В. Рыжова*
Безусова 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			
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
День 1/неделя 2: Понедельник							
Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	250	7,13	7,30	54,32	311,50	54-16к/2022н	30,78
Блинчики со молоком сгущенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	32,34
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	550	16,94	15,38	97,96	599,10		81,12
Всего за Понедельник	550	17	15	98	599		

Завтрак						
	60	0,78	2,7	4,62	45,6	67/2017м
Винегрет овощной						12
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	14,11	10,22	9,77	187,55	229/2017м
Каша рисовая рассыпчатая	150	4,70	4,80	36,50	208,00	128/2017м
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	24,15	116,9	701/2010м
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022гн
Итого за завтрак	560	23,39	18,22	85,62	601,57	81,12
Всего за Вторник	560	23	18	86	602	



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

Согласовано:

Директор *М.В. Бучкова*
Бучкова Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
День 3 /неделя 2: Среда							
Завтрак							
Каша молочная овсяная жидкая, с маслом и сахаром	250	8,87	13,32	50,12	356,67	182/2017м	38,78
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	22,34
Какао с молоком	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010м	5
Итого за завтрак	600	16,82	17,82	96,67	620,97		81,12
Всего за Среду	600	17	18	97	621		

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.



Согласовано:

Директор

Бегунова С.А.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
День 4/неделя 2: Четверг							
Завтрак							
Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,62	2,82	8,72	66,99	101/2004л	12
Котлеты рубленые из кур	100	8,94	11,28	9,21	174,07	294/2017м	36,12
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	15
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	24,15	116,9	701/2010м	3
Итого за завтрак	560	22,52	20,98	85,26	621,74		81,12
Всего за Четверг	560	23	21	85	622		

101220101549646

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Согласовано: _____
директор «МТУ» *Безменова С. А.*

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет			
День 5 /неделя 2: Пятница							
	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	12
Капуста квашеная с растительным маслом	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022н	34,12
Тфтели запеченные в соусе	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	16
Макаронные изделия отварные с маслом	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Чай с лимоном	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб пшеничный	560	23,90	18,50	79,38	579,62		81,12
Итого за завтрак	560	24	19	79	580		
Всего за Пятницу	566,00	20,71	18,18	88,98	604,60		
Итого за неделю в среднем завтрак							
		18-22,5	18-23	76,6-	544-680		
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	20,59	18,72	87,59	602,97		
Среднее значение за завтрак		22,87	20,34	22,87	22,17		
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20							

