

Согласовано

Директор



Примерное 2-х недельное меню на горячее питание для учащихся с 5-9класс,для малоимущих 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. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛипринт, 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



В.И. Бугаева



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 манная жидкая с маслом и сахаром	250	8,18	12,17	46,87	330,68	181/2017м	32,61	
Кондитерские изделия	50	3,91	4,08	24,85	151,76	399/2017м	32,34	
Чай с сахаром	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н	14	
Хлеб пшеничный	50	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3	
Итого за Завтрак	550	17,99	19,45	97,51	639,08			81,95
Всего за Понедельник	550,00	17,99	19,45	97,51	639,08			



Согласовано:

Директор

С. И. Ветерова



Утверждено

Директор ООО Бизнес

Консалтинг

Е. Ю. Кортоножко

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рублей
		Б	Ж	У			
12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Тфтели запеченные в соусе	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022н	46,95
Макаронные изделия отварные с маслом	200	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	550	23,66	18,20	78,93	573,80		81,95
Всего за Вторник	550	24	18	79	574		



Э. Г. Брызгалов

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

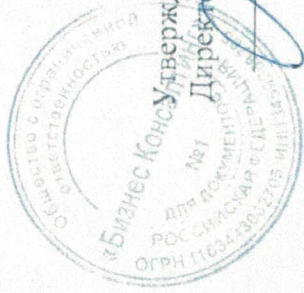
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	12-18 лет			
День 3/неделя 1: Среда								
Завтрак								
* Каша молочная пшеничная, жидкая с маслом и сахаром Фрукты по сезону Чай с сахаром Хлеб пшеничный Итого за завтрак Всего за Среду	250	10,20	8,70	48,15	312,15	182/2017м	40,61	
	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	22,34	
	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/2022н	15	
	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4	
	590	17,36	13,10	89,87	553,07		81,95	
	590,00	17,36	13,10	89,87	553,07			



Согласовано

Директор

С. П. Власова



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	20
Гречка по-купечески с мясом	250	16,5	22,33	46,87	453,75	458/2002г	37,95
Чай каркаде	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1 хн/2022н	20
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		81,95
Всего за Четверг	550,00	21,18	25,73	91,06	679,69		



Согласовано
Директор
С. Г. Ветрушев С. Г.



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

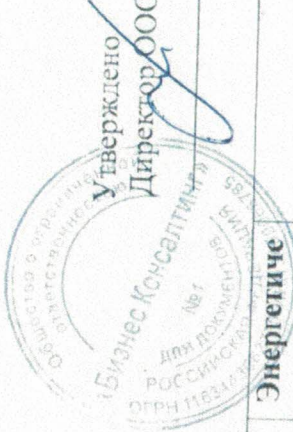
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Овощи по сезону нарезка (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	12
Плов из птицы	250	18,17	19,32	42,75	418,01	291/2017м	53,95
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	550	22,11	19,78	73,67	561,05		81,95
Всего за Пятницу	550	22	20	74	561		
Итого за неделю в среднем завтрак	550,00	20,46	19,25	86,21	601,34		



Согласовано:

Директор

А.А. Брызгунов & Т.



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубля
		Б	Ж	У				
День 1/неделя 2: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет			
Завтрак								
Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	250	7,13	7,30	54,32	311,50	54-16к/2022н		30,78
Кондитерские изделия	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м		21,7
Чай с сахаром	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н		20
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м		10
Итого за завтрак	550	16,94	15,38	97,96	599,10			81,95
Всего за Понедельник	550	17	15	98	599			



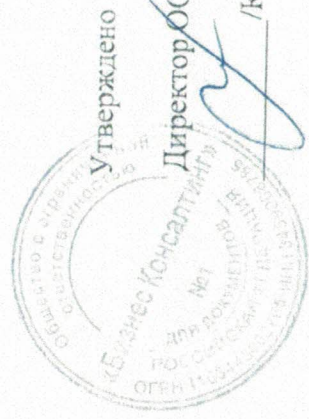
Согласовано: _____
Директор: С. Г. Бегунов
Утверждено: _____
Директор ООО Бизнес Консалтинг /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
День 2 /неделя 2: Вторник							
Завтрак							
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	14,11	10,22	9,77	187,55	229/2017м	41,95
Каша рисовая рассыпчатая	200	4,70	4,80	36,50	208,00	128/2017м	20
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	24,15	116,9	701/2010м	8
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого за завтрак	550	23,39	18,22	85,62	601,57		81,95
Всего за Вторник	550	23	18	86	602		



Согласовано

Директор
Е. П. Вязовская Е. П.



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	12-18 лет		
Завтрак							
Каша молочная овсяная жидкая, с маслом и сахаром	250	8,87	13,32	50,12	356,67	182/2017м	39,61
Печенье	50	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	22,34
Чай с сахаром	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/2022гн	15
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010м	5
Итого за завтрак	550	16,82	17,82	96,67	620,97		81,95
Всего за Среду	550	17	18	97	621		



Согласовано: _____
Директор: Е.И. Бузурбаев
Утверждено: _____
Директор ООО Бизнес Консалтинг: _____



/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рублей
		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	15
Коглеты рубленые из кур	100	8,94	11,28	9,21	174,07	294/2017м	28,95
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	20
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		81,95
Всего за Четверг	560	23	21	85	622		

Согласовано

директор

С. И. Визунов С. И.



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	12-18 лет		
Завтрак							
Тфтели запеченные в соусе	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022н	42,95
Макаронные изделия отварные с маслом	200	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	20
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	560	23,90	18,50	79,38	579,62		81,95
Всего за Пятницу	560	24	19	79	580		
Итого за неделю в среднем завтрак	566,00	20,71	18,18	88,98	604,60		
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		
Среднее значение за завтрак		20,59	18,72	87,59	602,97		
Выполнение СанПин 2.3/2.4.3590-20		22,87	20,34	22,87	22,17		