

Согласовано:

Директор _____

Инициалы

Перспективное

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) школьников возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетаемого 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.:Делта 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.: Делта принт, 2008. - 276с. Суржихин 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".



Утверждено:

«Бизнес Консалтинг»
Кургановское Е.Ю.

Согласовано:
Директор _____

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет



прием пищи	№ реп. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/блюда	вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность ккал		
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет		12-18 лет	
1	2	3										
неделя I/ день I												

завтрак

54-16к/2022н	каша молочная Дружба	40	200	250	8,84	11,05	9,22	11,52	39,51	49,38	276,38	345,47
399/2017м	блинчики со сливочным маслом	22	70	70	3,91	3,91	4,99	4,99	17,85	17,85	131,86	131,86
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
54-2гн/2022н	чай с сахаром	15	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
	Итого	82,25	500	560	15,32	18,32	14,51	16,91	82,24	96,94	514,13	604,41
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Согласовано:
Директор _____

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет



Утверждено:
Консалтинг"
Коротко Е.Ю.

прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность			
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	ккал	ккал	
1	2	3													
неделя 1/ день 2															
завтрак															

ТТК 77-	котлеты домашние из п/ф	35	100	100	12,06	12,06	12,4	12,4	4,7	4,7	179	179
31/2022н	котлеты домашние из п/ф	35	100	100	12,06	12,06	12,4	12,4	4,7	4,7	179	179
331/2017м	соус сметанный с томатом	10	20	30	0,3	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02	24,03
203/2017м	макаронны отварные с маслом	17	150	180	5,4	6,48	4,9	5,88	32,8	39,36	196,8	236,16
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
54-2гн/2022н	чай с сахаром	15	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
Итого		82,25	500	550	20,37	22,35	18,59	20,16	63,78	75,87	497,71	566,27
	Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Согласовано:
Директор _____

Утверждено:
«Бизнес-Квартал»
Директор ООО "Бизнес-Квартал"
Королюжко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

прием пищи	№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность ккал
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Энергет. ценность ккал	

неделя I / День 3

208/2017м	лапшеник с творогом	38	150	200	13,00	17,00	15,00	20,00	25,13	36,17	287,52	382,00
П.Т. 77-8/2022	молоко ступенное	3	20	20	1,50	1,50	0,04	0,04	11,36	11,36	52,00	52,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
	Итого	82,25	500,0	560,0	17,6	22,4	15,7	20,8	71,6	87,4	493,6	609,3
	Норма завтрака по СанПин	20%± 25% ± 5%	500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

завтрак



Согласовано:
 Директор _____

10-ти дневное меню для горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет



прием пищи	№ реп. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб. блюдо	вес блюдо		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	
				7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж			У
1	2	3		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

завтрак

неделя I / день 4	ТТК 77-1	коплеты рыбные из п/ф	39	100	100	12,30	12,30	9,80	9,80	6,90	6,90	165,00	165,00
	331/2017м	соус сметанный с томатом	8	20	30	0,3	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02	24,03
	171/2017м	каша рисовая рассыпчатая	15	150	180	3,70	4,43	4,80	5,76	36,50	43,80	203,50	244,20
	701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
	54-2гн/2022н	чай с сахаром	15	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
	Итого		82,25	500	550	18,91	20,54	15,89	17,44	69,68	82,51	490,41	560,31
	Норма завтрака по СанПин	20%±, 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Согласовано:
 Директор _____

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

Утверждено:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Корроножко Е. Ю.

присм пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность			
				7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж		У		ккал	
1	2	3		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
неделя I / день 5													

завтрак	ТТК 77-5	гефтели "Оригинальные" из п/ф высокой степени готовности	36	100	100	8,52	8,52	12,30	12,30	6,30	6,30	169,98	169,98
	171/2017м	каша рассыпчатая пшениная	15	150	180	8,30	9,95	6,84	8,20	37,98	45,57	246,68	295,88
	701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
	54-3тн/2022н	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
	Итого		82,25	500,0	550,0	19,8	22,4	20,4	22,4	70,8	83,9	539,8	618,2
	Итого	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



Согласовано:
Директор _____

Утверждено:
«Бизнес Консалтинг»
Фирменное наименование ООО «Бизнес Консалтинг»
№1
КОПИЯ ДОКУМЕНТА
РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ИНН-34/505658285
ОГРН 1163443062705

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

Прием пищи	№ реп. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/блюда	вес блюда		Питательные вещества/г				Энергет. ценность ккал
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	

завтрак

неделя 2/ день 6													
182/2017м		каша рисовая молочная жидкая с сахаром	42	200	250	6,37	7,96	7,66	9,57	41,7	52,12	261,22	326,52
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00
54-23гн/2022н		кофейный напиток	15	200	200	3,8	3,8	2,9	2,9	11,3	11,3	106,5	106,5
701/2010м		хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
		Итого	82,25	530	590	12,94	15,32	11,26	13,27	77,5	92,75	478,29	564,78
		Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Согласовано:
Директор _____

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет



прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность	
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	12-18 лет

неделя 2/ день 7

завтрак

ТТК 77-6		голубцы ленивые из п/ф высокой степени готовности	34	100	100	8,3	8,3	9,1	9,1	8,9	8,9	150,7	150,7
331/2017м		соус сметанный с томатом	10	20	30	0,3	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02	24,03
171/2017м		каша гречневая рассыпчатая	18	150	180	8,30	9,95	6,30	7,56	36,00	43,20	233,70	280,44
701/2010м		хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
54-45тп/2022г		чай с сахаром каркаде	15	200	200	0,16	0,16	0,08	0,08	7,18	7,18	30,08	30,08
		Итого	82,25	500	550	19,47	22,02	16,77	18,62	67,98	80,71	494,07	570,01
		Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

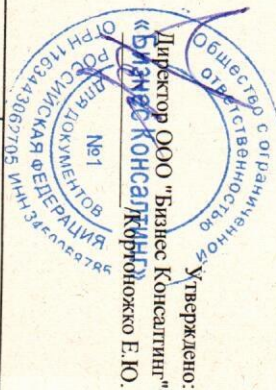
Согласовано:
 Директор _____

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность	
				7-11 лет	12-18 лет	б	ж	у	ккал		
1	1	2	блюда	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

завтрак

291/2017м	плов из птицы	45	200	250	14,54	18,17	10,46	13,08	31,50	39,37	278,30	347,88
75/2017м	икра морковная	16	60	100	1,20	2,00	4,20	7,00	6,00	10,00	67,98	113,30
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	50	3,95	3,95	0,50	0,50	24,17	24,17	105,95	105,95
54-Этн/2022н	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
	Итого	82,25	510	600	19,99	24,42	15,16	20,58	72,25	84,12	495,75	610,65
	Норма завтрака по СанПин 20%- 2,5% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



Согласовано:
Директор _____

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб. блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	
				7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж			У
1	2	3		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

завтрак

ТТК 77-2		котлета куриная из п/ф высокой степени готовности	34	100	100	11,85	11,85	9,50	9,50	16,14	16,14	197,46
331/2017м		соус сметанный с томатом	10	20	30	0,3	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02
54-21г/2022н		горошница	20	150	180	8,87	10,64	3,73	4,47	33,80	40,55	204,00
54-21г/2022н		чай с сахаром	15	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32
701/2010м		хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57
		Итого	84,25	500	550	23,63	26,30	14,52	15,85	76,22	88,50	523,37
		Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5
		Всего за 10 дней		5 040,00	5 590,00	191,79	218,85	163,66	187,82	725,93	853,23	5 085,93
		Средний суточный рацион		504	559	19,18	21,89	16,37	18,78	72,59	85,32	508,59
		Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ОСИЧКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ
ГЕРОЯ СОЦИАЛИСТИЧЕСКОГО ТРУДА С.А. КАЛЖОНОВА" РУДНЯНСКОЕ
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ, ПЕРЕСУНЬКИН
АЛЕКСАНДР НИКОЛАЕВИЧ, Директор
03.11.23 08:14
Ссылка: A7FFA1AE06D2738006EDE0DA7EA4304B
(МБ)