Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) учащихся с 5-11класс (12-18 лет), для муниципальных общеобразовательных школ

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

изнес Консал

63443062705 W

/Кортоножко Е.Ю.

09.01 2025

Согласовано:

MKOY

Верхнедобринская СШ 09.01.2025

директор

Сборник рецептур 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 рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептур 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 врзраста (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. В меню включены сезонные овощи и фрукты.

Согласованов и в обраните в состатие в сост	P.				0	Утверждено р ООО Бизнескон /Кортоножко нес Консалтинго инес Консалтинго	
Наименование блюд	1.50		Пищевые вещества/г	1	Энергет. ценность	CHUNS peff. ANT	цена
	вес блюда	Б	Ж	У	ккал	14 116 C68p.	руб
2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	1	

каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с				11 Per			
сахаром и маслом	250	10,31	10,50	37,81	322,97	54-22к/2022н	32
блинчики с повидлом	70	3,15	5,98	15,60	128,82	399/2017m	23
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010 M	5,61
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017m	20
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
Итого	670	18,01	17,38	97,74	658,01		90,61

Согласовано:	g. 01. 2025				N	Утверждено р ООО Бизнес Конс /Кортоножко знес Консалтинг	
Наименование блюд	St. 10 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10		Тищевые вещества/г	1	Энергет. ценность	No pen.	цена
	вес блюда	Б	Ж	У	ккал	по сбор.	руб
2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	1	
Неделя 1/ день2 Вторник		Завтрак					
овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	0,6	0	3,8	14	70/71/2017m	20

AND A DESCRIPTION OF A	14 A. 197 A			1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	-1. I	77-7/2022-	
фрикадельки мясные п/ф с соусом 100/20	120	12,36	12,15	8,17	191,47	331/2017m	38
макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017m	15
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010 м	5,61
чай с молоком	200	1,6	1,1	14,58	74,62	54-4гн/2022н	12
Итого +	650	24,99	19,63	90,05	633,15		90,61

директор Сообрание и во от со	B. A. / 9.01.2025				«БИ	Утверждено гор.ООО Бизнес Кон Кортоножко чес Консалтинг»	E IO
Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г	7	Энергет. ценност	C ZAOKYME Q	
2		Б	Ж	У		<u>в</u> 440 ск № рец ,	цена
Неделя 1/ день 3 Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	ККАЛ	4430 по сбор.	руб
		Завтрак			12-18 лет	1	
аша жидкая молочная рисовая, с маслом и ахаром		Завтрак			12-18 лет		
аша жидкая молочная рисовая, с маслом и ахаром	250	Завтрак 7,96	7,66				
аша жидкая молочная рисовая, с маслом и ахаром утерброд с сыром 40/5/15	60			39,95	260,58	<u>1</u> 54-25к/2022н	33
аша жидкая молочная рисовая, с маслом и ахаром утерброд с сыром 40/5/15 рукт свежий (яблоко)	60 100	7,96	8,38	39,95 19,38	260,58 180,27	1 54-25к/2022н 3/2017м	<u>33</u> 20
аша жидкая молочная рисовая, с маслом и ахаром /терброд с сыром 40/5/15 рукт свежий (яблоко) еб пшеничный	60	7,96 6,69	8,38 0,40	39,95 19,38 9,80	260,58 180,27 47,00		
аша жидкая молочная рисовая, с маслом и ахаром утерброд с сыром 40/5/15 рукт свежий (яблоко) пеб пшеничный гкао с молоком	60 100	7,96 6,69 0,40	8,38 0,40 0,20	39,95 19,38 9,80 9,66	260,58 180,27	3/2017M	20 20
аша жидкая молочная рисовая, с маслом и ахаром утерброд с сыром 40/5/15	60 100 20	7,96 6,69 0,40 1,58	8,38 0,40	39,95 19,38 9,80	260,58 180,27 47,00	3/2017m 338/2017m	20

Согласовано: О общинов полото в состановано с общинов полото в состановано с общинование и состанование с сост	- B. A. / 1.2025				36	Утвержаено рООО Бизнес Ко /Кортоножк с Консалтинг»	EIO
Наименование блюд			Пищевые вещества/г	1	Энергет. ценность	ASTOR No peti-	цена
	вес блюда	Б	Ж	У	ккал	по сбор.	руб
2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	1	p/0
Неделя 1/ день 4 Четверг		Завтрак					

овощи по сезону в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,9	12	70/71/2017m	20
гефтели "Оригинальные" из п.ф с соусом 100/20	120	10,66	13,78	3,98	182,58	77-5/2022/ 54-3с/2022н	38
каша рассыпчатая, гречневая	180	6,35	6,35	43,20	255,35	171/2017M	17
слеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010 M	5.0
най с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2rh/2022h	5,61
4 того +	650	22,0	20,7	83,6	609.2	J-21 N/2022H	10 90,61

Согласовано: директор Веректерног такалого Веректерног такалого Веректерног такалого МКОУ Верхиссобранекая СШ лана документов Алана документов Алана документов Алана документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов Документов Алана Документов Алана Документов Алана Документов	_ B. A. / 01. 2025				Dout of	Утверждено ор ООО Визнес Конс Кортоножко I внес Консалтинг»	E.Ю. 0 <i>9.01.1015</i>
Наименование блюд			Пищевые вещества/г	1	Энергет. ценность	Nº 121 22	цена
A DONNOUS A DONNOUS	вес блюда	Б	Ж	У	ккал	TTO COOPANY	руб
2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	5062100	

					570,5		90,61
11010	640,0	16,9	12,8	97,9	576,5		19200-9327-00
Итого			0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0				5,61
	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010 M	5 61
хлеб пшеничный				9,80	47,00	338/2017m	20
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	1			
	40	5,08	4,60	0,28	63,00	209/2017m	20
яйцо вареное				53,07	306,07	54-16к/2022н	33
каша "Дружба" молочная из риса и пшена	250	7,13	7,25	E2 07	200.07		

ктор Советский водать	_ B. A / 1. 2025				00	Утверждено р ООО Бизнес Кон /Кортоножки нес Консалтини	E.IO.
Али Али Али					hood and	SUR LIOKYME CO	
4 9 E ALM / 28		I	Тищевые вещества/г/		Энергет. ценность	CHUCKAR DELLOT	цена
4. 3 2 4 1.11 Локументов 3 2 4.1 4 4.1 4	вес блюда	Б	Тищевые вещества/г/ Ж	у у	Энергет. ценность ккал	№ Чаская обр.	цена руб

каша молочная жидкая манная, с сахаром и						1 1	
маслом	250	9,12	12,46	33,60	283,02	54-27ĸ/2022н	30
блинчики с повидлом	70	3,15	5,98	15,60	128,82	399/2017m	23
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010 M	5,61
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017m	20
чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого	670	16,92	19,34	93,73	619,26		90,61

Согласовано: директор Верхиской соптанции и в на сопта	B A / 1. 2025				«Бизнес Конс	Утверждено ООО Бизнес Ко Кортоножк	
Наименование блюд	and a start rate of		Пищевые вещества/г	1	Энергет. ценность	оЕР № рец.	цена
MAMMAN (N)	вес блюда	Б	Ж	У	ккал443062	по сбор.	руб
2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	1	

икра кабачковая консервированная		60	1,63	2,82	8,72	67	101/2004л	20
					Service Services	12	77-2/2022	
котлета куриная из п/ф с соусом 100/20		120	8,68	11,28	6,70	163,04	331/2017m	40
макароны отварные с маслом		180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017m	15
чай с сахаром		200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010 M	5,61
Итого	1	610	20,94	20,48	89,3	625,42	1	90,61

Cornacobaho: upektop f beet de la					Утверждено Директор ООО Бизнес Консалтинг /Кортоножко Е.Ю.		
Наименование блюд		1	Тищевые вещества/г	1	Энергет. ценност	№ рец.	е цена
HIMPIT V *	вес блюда	Б	Ж	У	ккал	TIO COOP ENE	руб
2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	3-1430 10705 WH	
lеделя 2/ день 8 Среда		Завтрак					
	100	1 4 9	6.01	8 26	02.8	52/2017	20

						54	
Итого	650	25,54	23,25	94,68	690,08		90,61
чай с молоком	200	1,6	1,1	14,58	74,62	54-4гн/2022н	12
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010 M	5,61
каша рисовая рассыпчатая	180	4,4	5,76	40,19	230,4	171/2017m	16
рыба, тушенная в томате с овощами	100	14,11	9,88	7,5	175,36	229/2017m	37
свекла отварная с растительным маслом	100	1,48	6,01	8,26	92,8	52/2017м	20

Согласовано:	B. A. / 01. 2025				õ /	Утверждено р ООО Бизнес Кол /Кортоножки ес КонСалтия Ne1	
Наименование блюд		1	Тищевые вещества/г	/	Энергет. ценность	"HCINg peu.	цена
ANNUMA .	вес блюда	Б	Ж	У	ккал	то сбор.	руб
2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	1	L V SIL

WI PONTISTS

Неделя 2/ день 9 Четверг

14

YUPENAL PAD

суп молочный с макаронными изделиями	300	8,25	6,80	26,78	201,32	54-19к/2022н	32
бутерброд с сыром 40/5/15	60	6,69	8,38	19,38	180,27	3/2017m	20
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017m	20
хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	45,76	701/2010M	2,61
какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	382/2017m	16
Итого	680	21,0	19,3	83,2	593,0		90,61

Согласовано:	ALL NOV	
директор	en abarcol	B.A.
V	L.m. 105 men 108 (105 09.01.2	025

Утверждено Директор ООО Бизнес Консалтинг Кортоножко Е.Ю. 09.01.2015 Бизнес Консалтинг»

8 8 P. Net 0 13

	Cardie Southern France				(Bhan	Nº1 2 5415	
Наименование блюд			Пищевые вещества/г	1	Энергет, ценности	HOKA No Della	цена
	вес блюда	Б	Ж	У	ккал	1306200 COOD.	руб
2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	1	pj0

Неделя 2/ день 10 Пятница

Распределение ЭЦ				Норма			
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 12-18 лет по проекту СанПиН 2020		90,00	92,00	383,00	2720,00		
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в %		23,31	20,72	23,64	22,87		
Среднее показания за завтрак	643	20,98	19,06	90,53	622,18		
Всего за 10 дней	6 430,00	209,78	190,62	905,29	6 221,80		
Норма завтрака по СанПин 20%-25% ±5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		
4	580	22,85	17,56	78,73	565,08	4	90,61
Итого	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010 M	5,61
компот из сухофруктов хлеб пшеничный	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн/2022н	16
плов с мясом	230	15,57	16,90	28,98	330,35	265/2017m	46
консервы закусочные (Зеленый горошек) отварной	100	2,83	0,16	5,8	36,83	131/2017m	23

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 284904154893307766464458434654888258361777585632

Владелец Иванова Валентина Алексеевна

Действителен С 02.09.2024 по 02.09.2025