

СОГЛАСОВАНО.  
Директор *Ирина Владимировна Ш.*  
*Ирина Владимировна Ш.*  
30.09.2013

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
«БИЗНЕС КОНСАЛТИНГ»  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
Кортоножко Е.Ю.  
ОГРН 1163443062705  
РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
ИП

Перспективное

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов

Меню составлено на основании:

- Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.:
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией М.П Могильного и В.А. Тутельмана. --М.: ДеЛи плюс
- Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На
- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор *М.В. Давыдов*



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	1 день						Энергет. ценность
				Пищевые вещества/г/						
				Б	Ж	У	6	7		
54-167/2022Н	1	2	3	4	5	6	7	8		
<b>Завтрак</b>										
396/2017М		Каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшеничной крупы	200	6	11,18	24,1			221,1	
382/2017М		блинчики (оладьи) с молоком ступенным	70	5,08	4,78	19,29			140,50	
338/2017М		какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58			118,6	
701/2010М		Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80			47,00	
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49			70,14	
		<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>17,93</b>	<b>20,20</b>	<b>85,26</b>			<b>597,34</b>	
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75			470-587,5	

СОГЛАСОВАНО:

Директор



*С.А. Давыдова С.А.*

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"



Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

1 неделя

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность
				Б	Ж	У	У	У	У	
1		2	3	4	5	6	7			
<b>Завтрак</b>										
70/71/2017М		овощи в нарезке по сезону (помидор )	60	0,66	0,12	2,16		13,2		
54-14р/2022Н		котлета рыбная любительская	90	12,3	8,9	6,21		154,14		
125/2017М		картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98		157,50		
701/2010М		хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49		70,14		
349/2017М		компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03		132,8		
		<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>19,02</b>	<b>15,35</b>	<b>75,87</b>		<b>527,78</b>		
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75		470-587,5		

2 день





СОГЛАСОВАНО

Директор

*С.А. Давыдова*



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

1 неделя

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	4 День						Энергет. ценность
				Пищевые вещества/г/						
1		2	3	Б	Ж	У	У	6	7	
<b>Завтрак</b>										
183/2017м		Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	200	9,05	11,36	31,3			263,64	
209/2017м		Яйцо вареное вкрутую	40	5,08	4,60	0,28			63,00	
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80			47,00	
701/2010м		хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49			70,14	
376/2017м		чай с сахаром	200	0,07	0,02	15			60	
		<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>16,97</b>	<b>16,68</b>	<b>70,87</b>			<b>503,78</b>	
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75			470-587,5	



СОГЛАСОВАНО:

Директор

*Михаил Александрович*

Октябрьская область

*Гаврилов С.А.*



Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

1 неделя

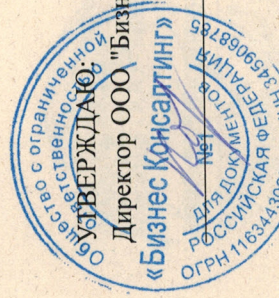
№ реч.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	5 день						Энергет. ценность
				Пищевые вещества/г/		Ж		У		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>Завтрак</b>										
47/2017 м		капуста квашеная	60	1,02	3	5,07				52,5
291/2017м		Плов с птицей	200	13,54	12,46	25,20				269,60
701/2010м		хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15				116,90
389/2017М		Сок фруктовый	200	1	0	24,62				136,48
		<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>19,51</b>	<b>15,96</b>	<b>79,04</b>				<b>575,48</b>
		Норма завтрака по СанПин	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75				470-587,5



СОГЛАСОВАНО:

Директор

*Давыдова С.А.*



Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

2 неделя

№ рец.	по сбор.	1	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
					Б	Ж	У	
			2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								
182/2017м			каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,25	10,26	30,50	233,34
П.Т			сдобное изделие сладкое	45	7,20	8,90	15,80	171,80
338/2017м			фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м			Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
377/2017м			чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62
			<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>18,1</b>	<b>20,0</b>	<b>90,6</b>	<b>607,7</b>
			Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

6 день







СОГЛАСОВАНО:

Директор

*С.А. Давыдова*



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

2 неделя

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	8 день						Энергет. ценность
				Б	Ж	У	5	6	7	
	1	2	3	4	5	6	7			

Завтрак

70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6
54-3м/2022н	Голубцы ленивые	90	9,93	12,66	5,76	176,70
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	3,7	4,8	36,5	203,5
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>18,09</b>	<b>18,74</b>	<b>85,18</b>	<b>581,20</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



СОГЛАСОВАНО:  
 Директор *А.В. Давыдов*  
 «Одоярская СШ»  
 МБОУ «Одоярская средняя общеобразовательная школа»  
 Вологодская область

УТВЕРЖАЮ:  
 Директор ООО «Бизнес консалтинг»  
 «Бизнес консалтинг»  
 Кортоножко Е.Ю.  
 №1  
 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ  
 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
 ОГРН 1163400200000

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	10 день						Энергет. ценность
				Пищевые вещества/г/						
				Б	Ж	У	6	7	7	
67/2017		2	3	Завтрак						
282/2017м		винегрет овощной	60	0,78	2,70	4,62				45,60
125/2017М		печеночные оладьи с маслом	95	11,55	12,97	9,25				199,93
701/2010м		картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98				157,50
377/2017м		хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15				116,90
		чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2				62
		<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>19,44</b>	<b>22,13</b>	<b>74,20</b>				<b>581,93</b>
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75				470-587,5

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

	Итого	Выход в гр	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Итого за весь период		5550	191,280	184,840	801,150	5682,97
ЗАВТРАК		555	19,128	18,484	80,115	568,297
			15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с. корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2011. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.