



СОГЛАСОВАНО
Директор *Роза Р.А.*
30.09.2015



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Бизнес Консалтинг»
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.



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

Меню составлено на основании:
Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельмана. --М.: ДеЛи плюс, 2017г. -544с

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

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



СОГЛАСОВАНО:

Директор

А.А. Давыдов Е.А.



Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

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

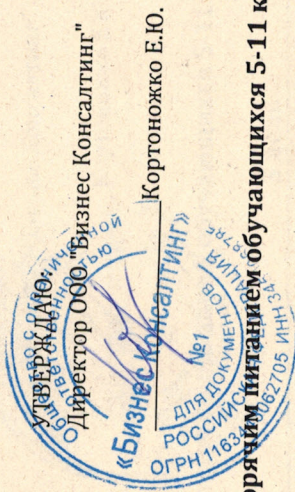
1 неделя

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	1 день						Энергет. ценность
			Пищевые вещества/г/		Ж		У		
1	2	3	Б	Ж	5	6	7		
Завтрак									
54-167/2022н	Каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы	250	7,5	13,97		30,13		276,27	
396/2017м	Блинчики (оладьи) с молоком стуженным	70	5,08	4,78		19,29		140,50	
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40		9,80		47,00	
382/2017м	Какао с молоком	200	4,08	3,54		17,58		118,6	
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3		14,49		70,14	
	Итого	650	19,43	22,99		91,29		652,51	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23		76,6-95,75		544-680	



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

1 неделя

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	2 день						Энергет. ценность
				Пищевые вещества/г/						
				Б	Ж	У	5	6	7	
				4	5	6	5	6	7	
Завтрак										
70/71/2017м		овощи в нарезке по сезону (помидор)	100	1,12	0,2	3,6				22
54-14/2022н		котлета рыбная любительская	100	14,33	9,9	6,9				174,02
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
		Итого	580	21,51	16,43	78,00				556,46
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75				544-680



СОГЛАСОВАНО:

Директор

М.А. Дроздова Е.А.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Коргоножко Е.Ю.



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

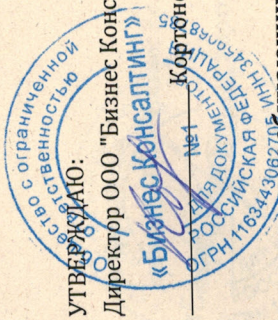
1 неделя

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность
			Б	Ж	У	6	7		
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак									
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	100	1,12	0,2	3,6		22		
295/331/2017м	Котлета куриная с соусом	100/20	12,53	13,94	7,44		205,41		
203/2017м	макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80		196,80		
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2		62		
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15		116,90		
	Итого	620	23,13	19,56	83,19		603,11		
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680		

3 день



СОГЛАСОВАНО:
 Директор *Давыдова Е.А.*



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 «Бизнес Консалтинг»
 Кортоножко Е.Ю.

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

1 неделя

4 день

№ рец.	по сбор.	1	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
					Б	Ж	У	7	
		1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак									
	183/2017м		Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	250	11,31	14,2	39,12		329,52
	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
			Итого	620	19,23	19,52	78,69		569,66
			Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680

СОГЛАСОВАНО:
 Директор *М.В. Рогова*
 ООО «Агроинвестор»
 ИНН 3424022422 ОГРН 1033424022422

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Е.Ю. Кортоножко
 «Бизнес Консалтинг»
 ОГРН 1163442705442

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	
1		2	3	4	5	6	7
Завтрак							
47/2017 м		капуста квашеная	100	1,7	5	8,45	87,5
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
		Итого	550	20,19	17,96	82,42	610,48
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

5 день

СОГЛАСОВАНО: *А.М. Давыдова*
 Директор *А.М. Давыдова*
А.М. Давыдова

Общество с ограниченной
 ответственностью
 «УТВЕРЖДАЮ»
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 «Бизнес Консалтинг»
 №1
 ДЛЯ ДОКУМЕНТА
 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 ОГРН 11634430862

Кортоножко Е.Ю.

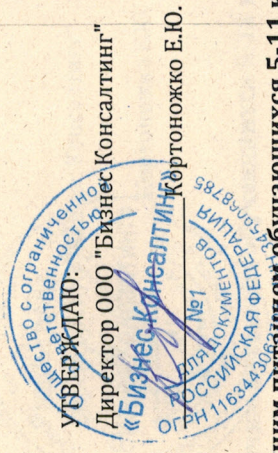
10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

2 неделя

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	9,06	12,82	38,12		291,67
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
	Итого	635	20,0	22,5	98,2		666,0
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680



СОГЛАСОВАНО:
 Директор *А.И. Давыдова*
А.И. Давыдова



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 «Бизнес-консалтинг»
 Кортоножко Е.Ю.

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

2 неделя

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Выход	7 день		Энергет. ценность	
			Б	Ж		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	100	1,12	0,2	3,6	22
271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	100/20	9,21	14,50	8,97	198,89
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
349/2017м	компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Итого	600	18,76	19,99	91,89	620,63
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

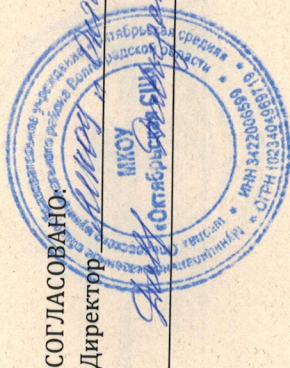
СОГЛАСОВАНО
 Директор *И.И. Давыдов*
 МКОУ «Средняя общеобразовательная школа №1 им. В.И. Ленина»
 Октябрьская область

Общество с ограниченной ответственностью «Бизнес Консалтинг»
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Коротюшко Е.Ю.
 №1
 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ
 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 ОГРН 1163442

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

2 неделя

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	8 день					
				Пищевые вещества/г/		Ж	У	Энергет. ценность	
1	2	3	Б	4	5				6
Завтрак									
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10			
54-3м/2022н	Голубцы ленивые	100	11,03	14,06	6,40	196,33			
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	4,43	5,86	43,8	244,2			
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62			
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90			
	Итого	630	20,34	20,54	91,25	629,43			
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680			



СОГЛАСОВАНО:

Директор

С.А. Кортоножко



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

С.А. Кортоножко

Кортоножко Е.Ю.

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

2 неделя

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	100	2,25	1,97	13,20	64,20
295/331/2017м	Котлета куриная с соусом	100/20	12,53	13,94	7,44	205,41
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	9,95	7,56	43,20	280,44
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90
	Итого	650	28,750	23,990	102,990	726,95
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

9 день



СОГЛАСОВАНО:

Директор

Handwritten signature and name: Директор Е.Ю. Кортоножко



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

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

2 неделя

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность
				Б	Ж	У	Ж	У	7	
	1	2	3	4	5	6				
Завтрак										
67/2017		винегрет овощной	100	1,30	4,50	7,70				76,00
282/2017М		печеночные оладьи с маслом	105	12,83	14,41	10,27				222,09
125/2017М		картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98				157,50
701/2010М		хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15				116,90
377/2017М		чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2				62
		Итого	605	21,24	25,37	78,30				634,49
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75				544-680

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	6140	212,530	208,890	876,260	6269,71
ЗАВТРАК	Среднее значение за период	614	21,253	20,889	87,626	626,971
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организацийСборник технических нормативов. ФГФУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-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.