

СОГЛАСОВАНО:

Директор

Иванов И.И.
ФИО *Иванов И.И.*



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.
/ Кортоножко Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с 1 по 4 класс (7-14 лет),
для муниципальных общеобразовательных школ**

Использованная литература: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г

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

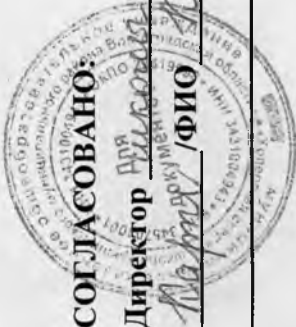
Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с.
Скурихин И.М., Тутельян В.А.

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; изделия из морской рыбы. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



СОГЛАСОВАНО:

Директор Д.С. Давыдов

Давыдов Д.С. / ФИО Давыдов Д.С.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			

Завтрак

День 1 /неделя 1: Понедельник							
Каша жидкая молочная овсяная «Геркулес»	200	9,00	11,18	24,10	233,65	182/2017м	30
Блинчики со стуженным молоком хлеб пшеничный	70	3,91	3,68	21,95	136,56	399/2017м	22
Фрукт свежий (яблоко)	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,36
Чай каркаде	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017м	20
	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	12
Итого за _Завтрак	600	15,78	16,06	79,25	527,09		87,36
Всего за Понедельник	600	15,78	16,06	79,25	527,09		

День 2/неделя 1: Вторник

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			

Завтрак

Консервы закусовые (икра кабачков	60	1,63	2,82	8,72	67	101/2004л	20
Котлеты домашние из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	12,72	12,88	6,48	193,16	3/2022 54-3сс/2022н	39
Макароны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	203/2017м	15
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,36
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54/2гн/2022н	10
Итого за завтрак	560	22,26	21,32	74,40	579,08		87,36
Всего за Вторник	560	22,26	21,32	74,40	579,08		

СОГЛАСОВАНО:
 Директор *А.С. Кортоножко*
 ФИО *Кортоножко А.С.*

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

«Бизнес Консалтинг»
 ДИЛЛОКВЕНТОР
 №1
 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 ОГРН 116340062705

Завтрак

Овощи натуральные по сезону (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	70/71/2017м	20
Гречка по-Купечески с мясом	200	13,20	17,80	37,50	363,00	458/2002г	48
Хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	701/2010м	3,36
Компот из смеси сухофруктов (с добавлением витамина С)	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн/022н	16
Итого за завтрак	510	18,25	19,10	86,30	589,80		87,36
Всего за Среду	510	18,25	19,1	86,3	589,8		

День 4/неделя 1: Четверг

Завтрак

Овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	20
Котлеты рыбные из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	12,30	4,70	6,90	119,00	ТТК 77-1/ 54-3сс/2022н	36
Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	4,7	4,8	36,5	208	171/2017м	18
Хлеб пшеничный	40	3,08	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,36
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54/2гн/2022н	10
Итого за завтрак	570	20,76	10,56	76,16	489,72		87,36
Всего за Четверг	570	20,76	10,56	76,16	489,72		



СОГЛАСОВАНО:

Директор *Иванов И.И.*

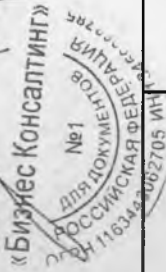
Иванов И.И. / ФИО *Иванов И.И.*

День 5/неделя 1: Пятница

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.



Завтрак

Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017М	20
Тефтели "Оригинальные" из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	10,66	13,78	4,08	183,16	ТТК 77-5/ 54-3сс/2022Н	37
Макаронны отварные с маслом	150	5,4	4,90	32,80	196,80	203/2017М	15
Хлеб пшеничный	20	1,54	0,48	10,68	53,20	701/2010М	3,36
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022Н	12
Итого за завтрак	550	18,92	22,16	63,21	528,10		87,36
Всего за Пятницу	550	18,92	22,16	63,21	528,10		

День 1/неделя 2: Понедельник

Завтрак

Каша молочная жидкая манная с маслом и сахаром	200	5,55	9,74	38,5	264,55	181/2017М	30
Сыр порция	10	2,63	2,66	0,00	36,00	15/2017М	18
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017М	20
Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,90	9,30	87,50	54-23гн/2022Н	16
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010М	3,36
Итого за завтрак	540	14,69	17,42	73,82	514,85		87,36
Всего за Понедельник	540	14,69	17,42	73,82	514,85		

СОГЛАСОВАНО:

Директор

Рафик Рафиков А.С.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Е.Ю. Кортоножко / Кортоножко Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»

№1

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

ОБЛАСТНОЕ АГЕНТСТВО

ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ

ИЗДАНИЕ 11/16

№1

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

ОБЛАСТНОЕ АГЕНТСТВО

ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ

ИЗДАНИЕ 11/16

Завтрак

Свекла отварная с маслом	60	3,6	0,88	4,96	55,68	52/2017м	20
томатным основным 100/20	120	6,58	9,96	9,68	137,86	54-3сс/2022н	37
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,95	4,3	36	241,75	171/2017м	15
Хлеб пшеничный	20	0,48	1,54	10,68	53,20	701/2010м	3,36
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	12
Итого за завтрак	550	19,77	16,76	68,50	518,57		87,36
Всего за Вторник	550	19,77	16,76	68,50	518,57		

День 3 /неделя 2: Среда

Завтрак

Овощи натуральные по сезону (огурец)	60	0,48	0,12	1,5	8,52	70/71/2017м	20
Фрикадельки натуральные из п.ф	100	12,06	13,90	0,90	176,94	ТТК77-7	39
Макароны отварные с маслом	150	5,4	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,36
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54/2гн/2022н	10
Итого за завтрак	540	20,45	19,64	61,60	504,38		87,36
Всего за Среду	540	20,45	19,64	61,60	504,38		

СОГЛАСОВАНО:

Директор

Коргоножко Е.Ю.

ФИО

День 4/неделя 2: Четверг

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Коргоножко Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»

Завтрак

Овощи натуральные по сезону (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	70/71/2017м	20
Плов из птицы	200	15,54	14,46	31,20	317,10	291/2017м	52
Хлеб пшеничный	40	3,08	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,36
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого за завтрак	500	19,62	15,56	65,44	487,82		87,36
Всего за Четверг	500	19,62	15,56	65,44	487,82		

День 5 /неделя 2: Пятница

Завтрак

Суп на курином бульоне с клецками	250	8,57	5,47	19,35	169,40	54-6с/2022н	50
Хлеб пшеничный	40	1,00	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,36
Какао с молоком	200	4,07	2,50	17,56	109,00	382/2017м	16
Пряник	30	2,40	5,73	28,44	106,00	п.т	18
Итого за завтрак	520	16,04	14,70	86,71	498,80		87,36
Всего за Пятницу	520	16,04	14,70	86,71	498,80		

Норма завтрака по СанПин 20% ⁰ - 25%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5			
<i>Среднее значение за завтрак</i>		18,65	17,33	73,54	523,82			
Выполнение СанПин 2.3/2.4.3590-20		24,23	21,93	21,95	22,29			
<i>потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПин 2020</i>								
Распределение ЭЦ		77,00	79,00	335,00	2350,00			
				Норма				
	Завтрак		22,29	20-25%				

образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г
организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального
В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.
В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.