



Согласовано:  
директор *А.А.А.А.*

Утверждено  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
«Бизнес Консалтинг»  
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
<b>День/неделя 1: Понедельник</b>	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная рисовая жидкая с маслом и сахаром	250	8,13	6,9	35,8	237,82	54-25к/2022н	20
Пряник	50	4,40	5,73	29,44	186,93	п.т	20
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	15
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45тн/2022н	6
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010м	3
<b>Итого за _Завтрак</b>	<b>650</b>	<b>17,04</b>	<b>13,61</b>	<b>106,37</b>	<b>618,73</b>		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	100	0,8	0,2	2,5	15	54-2з/2022н	15,11
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	95,33	54-28с/2022н	16
Котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20	120	8,32	13,15	7,17	180,62	77-3/2022н/ 331/2017м	35
Каша рассыпчатая, гречневая	180	9,96	7,56	43,20	280,44	171/2017м	15
Компот из яблок свежих	200	0,20	0,10	10,20	42,50	54-5хн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>930</b>	<b>26,48</b>	<b>26,78</b>	<b>113,09</b>	<b>799,37</b>		<b>161,11</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1580,00</b>	<b>43,52</b>	<b>40,39</b>	<b>219,46</b>	<b>1418,10</b>		



Согласовано: *С.В.С. Савицкий*  
 директор

Утверждено  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
*Е.Ю. Коргоножко*

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная овсяная жидкая с маслом и сахаром	250	8,50	9,40	30,90	240,75	54-22к/2022н	20
Блинчики со молоком сгущенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	30
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	6
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,8	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>15,51</b>	<b>14,68</b>	<b>78,65</b>	<b>508,75</b>		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,17	0,16	3,83	21,33	54-3з/2022н	15,11
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	250	6,45	7,22	23,12	183,02	54-7с/2022н	16
Котлета куриная из п/ф с соусом 100/20	120	11,28	12,55	6,70	184,87	77-2/2022/331/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>930</b>	<b>31,38</b>	<b>26,85</b>	<b>127,28</b>	<b>876,16</b>		
<b>Всего за Вторник</b>	<b>1490</b>	<b>46,89</b>	<b>41,53</b>	<b>205,93</b>	<b>1384,91</b>		<b>161,11</b>



Согласовано: Сергей Владимирович А.С.  
 директор

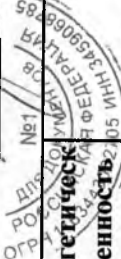
Утверждено  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
Евгений Александрович Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром	250	10,25	11,50	48,25	337,87	54-23к/2022н	20
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	15
Какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100,40	54-21гн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>580</b>	<b>17,35</b>	<b>15,80</b>	<b>85,14</b>	<b>555,41</b>		
<b>Обед</b>							
Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	1	6	3,45	70,7	24/2017м	15,11
Суп гороховый	250	4,23	4,50	13,55	111,65	54-25с/2022н	16
Жаркое по домашнему	250	20,91	14,12	31,75	337,50	288/2017м	66
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>880</b>	<b>32,04</b>	<b>25,46</b>	<b>107,63</b>	<b>786,33</b>		
<b>Всего за Среду</b>	<b>1460,00</b>	<b>49,39</b>	<b>41,26</b>	<b>192,77</b>	<b>1341,74</b>		<b>161,11</b>



Согласовано: *Сидорова А.С.*  
 директор

Общество с ограниченной ответственностью  
 «Бизнес Консалтинг»  
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 «Бизнес Консалтинг»  
 Антоношко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена rubli
		Б	Ж	У			
<b>День 4/неделя 1: Четверг</b>	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная гречневая жидкая с маслом и сахаром	260	10,75	8,5	37	267,5	54-20к/2022 н	20
Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124	п.т	20
Масло порциями	10	0,1	7,25	0,14	66,1	14/2017м	15
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	6
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,5	0,5	24,15	116,9	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>19,75</b>	<b>22,25</b>	<b>83,97</b>	<b>616,82</b>		
<b>Обед</b>							
Свекла отварная с маслом растительным	100	1,47	6,00	8,27	92,80	52/2017м	15,11
Щи из свежей капусты с картофелем	250	3,27	4,95	8,65	93,00	54-1с/2022н	16
Котлеты мясикапустные из п/ф	100	9,93	12,66	5,76	176,70	77-6/2022	30
Горошница	180	10,64	4,47	40,55	244,80	54-21г/2022н	15
Компот из изюма	200	0,40	0,10	18,40	75,80	54-4хн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>910</b>	<b>31,11</b>	<b>29,02</b>	<b>120,71</b>	<b>868,58</b>		
<b>Всего за Четверг</b>	<b>1470,00</b>	<b>50,86</b>	<b>51,27</b>	<b>204,68</b>	<b>1485,40</b>		<b>161,11</b>



Согласовано: *В.И.Михайлова*  
 директор

Утверждено  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
*Е.Ю. Кортоножко*  
 «Бизнес Консалтинг»

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубля
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	250	10,37	12,62	34,5	293,12	54-24к/2022н	20
Бутерброд с сыром (40/5/15)	60	6,69	8,38	19,33	180,27	3/2017м	25
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	6
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>20,38</b>	<b>21,48</b>	<b>80,33</b>	<b>596,99</b>		
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>580</b>	<b>18,01</b>	<b>17,56</b>	<b>86,89</b>	<b>579,34</b>		
<b>Обед</b>							
Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	1	6	3,45	70,7	24/2017м	15,11
Суп крестьянский с крупой	250	6,40	7,20	13,50	144,47	54-10с/2022н	16
Котлета рыбная из п/ф с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	3с/2022н	40
Картофель отварной с маслом	180	3,64	7,13	25,17	189,00	125/2017м	20
Компот из яблок свежих	200	0,20	0,10	10,20	42,50	54-5хн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>930</b>	<b>28,94</b>	<b>30,17</b>	<b>98,30</b>	<b>789,05</b>		<b>161,11</b>
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>1480</b>	<b>49,32</b>	<b>51,65</b>	<b>178,63</b>	<b>1386,04</b>		
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>916,00</b>	<b>29,99</b>	<b>27,66</b>	<b>113,40</b>	<b>823,90</b>		

Согласовано: Ирина Карпова А.С.  
 директор

Утверждено  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
Коргоножко Е.Ю.

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

**Завтрак**

День 1/неделя 2: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	250	6,30	7,30	54,32	302,50	54-16к/2022н	20
Блинчики со молоком сгущенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	30
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	6
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>13,67</b>	<b>12,58</b>	<b>102,07</b>	<b>570,50</b>		

**Обед**

Овощи по сезону в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	54-2з/2022н	15,11
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	95,33	54-28с/2022н	16
Котлета куриная из п/ф с соусом 100/20	120	11,28	12,55	6,70	184,87	77-2/2022/ 331/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>930</b>	<b>26,26</b>	<b>24,30</b>	<b>117,57</b>	<b>792,84</b>		<b>161,11</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1490</b>	<b>39,93</b>	<b>36,88</b>	<b>219,64</b>	<b>1363,34</b>		



Согласовано: Кортоножко Е.Ю.  
 директор

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



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	250	6,6	7,1	31,6	217,5	54-27к/2022м	20
Бутерброд с сыром (40/5/15)	60	6,69	8,38	19,33	180,27	3/2017м	25
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	6
<b>Итого за завтрак</b>	<b>640</b>	<b>15,95</b>	<b>16,26</b>	<b>82,40</b>	<b>544,99</b>		

**Обед**

Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	1	6	3,45	70,7	24/2017м	15,11
Суп картофельный с крупой (пшено)	250	1,98	2,72	12,11	85,75	101/2017м	16
Плов из пшеницы	200	14,54	15,46	34,20	334,41	291/2017м	45
Компот из изюма	200	0,40	0,10	18,40	75,80	54-4хн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>830</b>	<b>23,32</b>	<b>25,12</b>	<b>107,24</b>	<b>752,14</b>		<b>161,11</b>
<b>Всего за Вторник</b>	<b>1470</b>	<b>39,27</b>	<b>41,38</b>	<b>189,64</b>	<b>1297,13</b>		



Согласовано:

директор

*Наталья Петровна С.*

Утверждено  
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Коротножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Каша молочная овсяная жидкая с маслом и сахаром	250	12,25	9,30	30,80	255,90	54-22к/2022н	20
Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124	п.т	20
Масло порциями	10	0,1	7,25	0,14	66,1	14/2017м	15
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	6
Хлеб пшеничный йодированный	50	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>19,95</b>	<b>22,85</b>	<b>68,31</b>	<b>559,66</b>		

**Обед**

Овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,16	0,16	3,83	21,30	54-3з/2022н	15,11
Суп крестьянский с крупой	250	6,40	7,23	13,57	144,47	54-10с/2022н	16
Тефтели "Оригинальные" из п.ф с соусом 100/20	120	10,66	13,78	3,98	182,58	77-5/2022/54-3с/2022н	35
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>930</b>	<b>30,70</b>	<b>28,09</b>	<b>115,01</b>	<b>835,29</b>		<b>161,11</b>
<b>Всего за Среду</b>	<b>1480</b>	<b>50,65</b>	<b>50,94</b>	<b>183,32</b>	<b>1394,95</b>		



Согласовано:   
 директор В.М. Кортошко В.С.

Утверждено  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
Кортошко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			

**Завтрак**

Каша молочная гречневая жидкая с маслом и сахаром	250	9,5	8,5	33,25	245	54-20к/2022 н	20
Пряник	50	4,40	5,73	29,44	186,93	п.т	20
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	50	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>16,16</b>	<b>14,61</b>	<b>84,36</b>	<b>532,15</b>		

**Обед**

Овощи по сезону нарезке (огурец)	100	0,8	0,2	2,5	15	54-2з/2022н	15,11
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	250	6,45	7,22	23,12	183,02	54-7с/2022н	16
Котлеты печеночные, с маслом 100/5	105	12,83	12,97	10,27	209,13	77-4/2022	46
Горошница	180	10,64	4,47	40,55	244,80	54-21г/2022н	15
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>915</b>	<b>36,62</b>	<b>25,70</b>	<b>135,32</b>	<b>918,43</b>		<b>161,11</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>1465</b>	<b>52,78</b>	<b>40,31</b>	<b>219,68</b>	<b>1450,58</b>		

Согласовано:

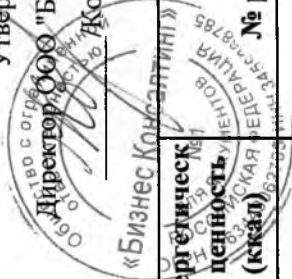
директор

*В.И. Дубинин*

Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

*Е.Ю. Жортоножко*



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	250	10,37	12,62	34,5	293,12	54-24к/2022н	20
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	15
Какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100,40	54-21гн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	50	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>600</b>	<b>17,47</b>	<b>16,92</b>	<b>71,39</b>	<b>510,66</b>		
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>580,00</b>	<b>16,64</b>	<b>16,64</b>	<b>81,71</b>	<b>543,59</b>		

**Обед**

Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	1	6	3,45	70,7	24/2017м	15,11
Суп гороховый	250	4,23	4,50	13,55	111,65	54-25с/2022н	16
Котлета рыбная из п/ф с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	77-1/2022 /54-3с/2022н	41
Картофель отварной	180	3,84	6,20	23,76	167,30	125/2017м	25
Компот из яблок свежих	200	0,20	0,10	10,20	42,50	54-5хн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>930</b>	<b>26,97</b>	<b>26,54</b>	<b>96,94</b>	<b>734,53</b>		<b>161,11</b>
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>1530</b>	<b>44,44</b>	<b>43,46</b>	<b>168,33</b>	<b>1245,19</b>		
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>907,00</b>	<b>28,77</b>	<b>25,95</b>	<b>114,42</b>	<b>806,65</b>		

Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
<i>Среднее значение за завтрак</i>		17,32	17,10	84,30	561,47
<b>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</b>		19,25	18,59	22,01	20,64
Норма обеда по СанПиН 30%- 35% ± 5%	800	27-32,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952
<i>Среднее значение за обед</i>		29,38	26,80	113,91	815,27
<b>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</b>		32,65	29,13	29,74	29,97
<i>Среднее значение за день</i>		46,71	43,91	198,21	1376,74
<b>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</b>		51,89	47,73	51,75	50,62
<i>Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020</i>		90,00	92,00	383,00	2720,00
Распределение ЭЦ				Норма	
	Завтрак		20,64	20-25%	
	Обед		29,97	30-35%	

ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г  
отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки " Новосибирский научно-  
В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.