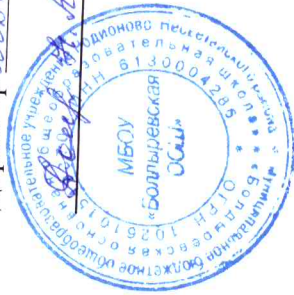


Согласовано:

Директор МБОУ «Богородицкая СОШ»



Утверждено
Директор ООО Бизнес
Консалтинг

Е.Ю. Коргоножко

Примерное 2-х недельное меню на горячее питание для учащихся с 5-9 классов для малоимущих семей для муниципальных общеобразовательных школ

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

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

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

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛипринт, 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 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; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.

Согласовано:

Директор Сергей Владимирович Арин

Утверждено
Директор ООО Бизнес
Консалтинг

Евгений А. Асманов

Коргоножко
Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
День /неделя 1: Понедельник	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	8,18	12,17	46,87	330,68	181/2017м	34,38
Кондитерские изделия	50	3,91	4,08	24,85	151,76	399/2017м	33
Чай с сахаром	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н	14
Хлеб пшеничный	50	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за _Завтрак	550	17,99	19,45	97,51	639,08		84,38
Всего за Понедельник	550,00	17,99	19,45	97,51	639,08		

Согласовано:



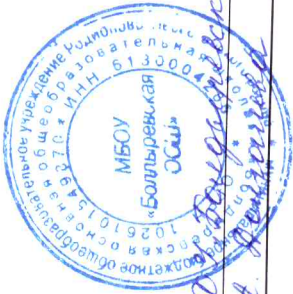
Директор *М.В.У. Багдурова*
М.В.У. Багдурова
 Болдыревская
 ООИ



Утверждено
 Директор ООО Бизнес
 Консалтинг

Е.Ю. Кортоножко
 Е.Ю. Кортоножко

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Тфтели запеченные в соусе	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022н	49,38
Макаронные изделия отварные с маслом	200	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	16
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	550	23,66	18,20	78,93	573,80		84,38
Всего за Вторник	550	24	18	79	574		



Согласовано:

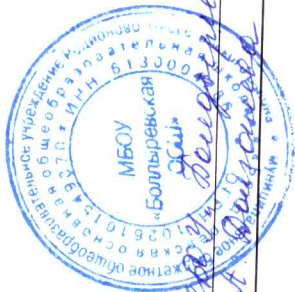
Директор *В.А. Давыдов*



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Е.Ю. Кортоножко

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3/неделя 1: Среда							
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Каша молочная пшеничная, жидкая с маслом и сахаром	250	10,20	8,70	48,15	312,15	182/2017м	40,38
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	25
Чай с сахаром	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	590	17,36	13,10	89,87	553,07		84,38
Всего за Среду	590,00	17,36	13,10	89,87	553,07		



Согласовано:

Директор

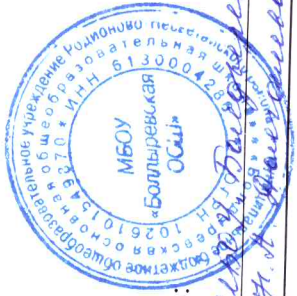
Валерий Н. А. Рыжов



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 4/неделя 1: Четверг							
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	20
Гречка по-купечески с мясом	250	16,5	22,33	46,87	453,75	458/2002г	40,38
Чай каркаде	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	550	21,18	25,73	91,06	679,69		84,38
Всего за Четверг	550,00	21,18	25,73	91,06	679,69		



Согласовано:

Директор *В.И. Давыдов*

Васильева



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 5/неделя 1: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017М	20
Плов из птицы	250	18,17	19,32	42,75	418,01	291/2017М	48,38
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3ГН/2022Н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010М	4
Итого за завтрак	550	22,11	19,78	73,67	561,05		84,38
Всего за Пятницу	550	22	20	74	561		
Итого за неделю в среднем завтрак	550,00	20,46	19,25	86,21	601,34		



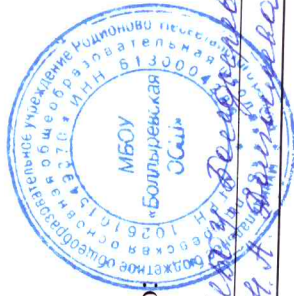
Согласовано:

Директор *МБОУ Болшевская*
Федер. Н. П. Демидов



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 1/неделя 2: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	250	7,13	7,30	54,32	311,50	54-16к/2022н	29,38
Кондитерские изделия	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	25
Чай с сахаром	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н	20
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	10
Итого за завтрак	550	16,94	15,38	97,96	599,10		84,38
Всего за Понедельник	550	17	15	98	599		



Согласовано:

Директор *Л.А. Давыдовская*
Л.А. Давыдовская



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
День 2 /неделя 2: Вторник							
Завтрак							
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	14,11	10,22	9,77	187,55	229/2017м	44,38
Каша рисовая рассыпчатая	200	4,70	4,80	36,50	208,00	128/2017м	20
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	24,15	116,9	701/2010м	8
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого за завтрак	550	23,39	18,22	85,62	601,57		84,38
Всего за Вторник	550	23	18	86	602		



Согласовано

Директор Ирина Владимировна Соколова
Ирина Владимировна Соколова



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 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	8,87	13,32	50,12	356,67	182/2017м	39,38
Печенье	50	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	25
Чай с сахаром	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/2022гн	15
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010м	5
Итого за завтрак	550	16,82	17,82	96,67	620,97		84,38
Всего за Среду	550	17	18	97	621		



Согласовано

Директор

Васильева Е. В.



Утверждено

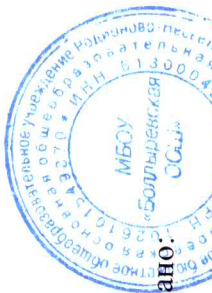
Директор ООО Бизнес Консалтинг

Е. Ю. Коргоножко

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)		Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж			
12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	У	12-18 лет		
День 4/неделя 2: Четверг						

Завтрак

Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,62	2,82	8,72	66,99	101/2004Л	18
Коплелы рубленые из кур	100	8,94	11,28	9,21	174,07	294/2017М	28,38
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017М	15
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45ГН/2022Н	20
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	24,15	116,9	701/2010М	3
Итого за завтрак	560	22,52	20,98	85,26	621,74		84,38
Всего за Четверг	560	23	21	85	622		



Согласовано

директор *Л.В. Бондаревская СМЧ*
В.И. Д. Давыдова



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Коргоножко Е.Ю.

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							
Тфтели запеченные в соусе	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15М/2022Н	45,38
Макаронные изделия отварные с маслом	200	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017М	20
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022Н	15
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010М	4
Итого за завтрак	560	23,90	18,50	79,38	579,62		84,38
Всего за Пятницу	560	24	19	79	580		
Итого за неделю в среднем завтрак	566,00	20,71	18,18	88,98	604,60		
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		
Среднее значение за завтрак		20,59	18,72	87,59	602,97		
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		22,87	20,34	22,87	22,17		

Потребность в пищевых веществах для обучающихся 12-18 лет по проекту СанПиН 2020		90,00	92,00	383,00	2720,00
Распределение ЭЦ				Норма	
	Завтрак		22,17	20-25%	

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

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

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