



Согласовано:

Директор

А. А. Доронин



Утверждено
Директор ООО "Питание"
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	Неделя 1/ день 1					
Завтрак						
181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	9,15	12,47	33,60	283,23
П.Т	Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124
701/2010м	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	144,78
379/2017м	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,68	15,94	109,56
	Итого	550	22,26	22,75	90,82	661,57
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед						
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10
54-7с/2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,45	7,22	23,12	183,02
291/2017м	Плов из птицы	200	18,54	22,5	28,66	391,3
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	840	32,25	30,77	117,3	873,79
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: _____
 Директор _____
 Утверждено
 Директор ООО "Питание"
 /Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					
	Неделя 1/ день 2					
Завтрак						
54-167/2022н	Каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы	250	12,04	13,97	26,71	276,37
П.Т	Пряник	40	2,40	5,73	28,44	145,33
701/2010м	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	144,78
54-2н/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	550	19,38	20,30	94,51	608,80
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед						
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	100	1,48	6,01	8,26	92,8
54-1с/2022н	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	3,51	6,27	8,97	107,16
77/1/2022	Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	12,3	8,9	6,9	156,9
54-3сс/2022н	Капуста тушеная	180	4,43	5,2	24,62	163
139/2017м	Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7
360/2017м	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
701/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
702/2010 м	Итого	940	27,7	27,89	115,88	825,91
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:
Директор



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					12-18 лет
	Неделя 1/ день 3					
Завтрак						
182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	10,31	6,57	44,25	277,37
П.Т	Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124
701/2010м	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	144,78
54-3тн/2022н	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	550,0	20,6	13,2	96,1	589,7
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-580
Обед						
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (помидор)	100	1,12	0,1	3,5	20
101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	5,7	6,1	12,7	132,7
77/6/2022	Котлеты мясокапустные из п/ф высокой степени готовности	100	9,93	12,66	5,76	176,70
54-21г/2022н	Горошница	180	8,32	7,59	34,32	238,87
342/2017м	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	27,88	114,6
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94
	Итого	930	31,78	27,7	133,1	914,3
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:
Директор

С.А. Фурсина



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	Неделя 1/ день 4					
Завтрак						
183/2017м	Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	250	11,31	14,2	39,12	329,52
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
382/2017м	Какао с молоком	200	4,18	3,54	17,58	118,9
	Итого	600	19,84	18,64	90,65	609,72
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед						
47/2017м	Капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5	8,46	85,7
54-17с\2022н	Суп овощной со сметаной	250	2,02	3,81	18,67	117,09
289/2017м	Рагу с птицей	250	17,93	19,24	24,52	342,96
54-1хн\2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701\2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	890	28,11	29	115,47	835,22
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ реч. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2		12-18 лет			12-18 лет
	Неделя 1/ день 5					
Завтрак						
182/2022м	Каша молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром	250	9,75	13,50	46,37	345,98
209/2017м	Яйцо вареное в крутую	40	5,08	4,60	0,28	63,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	550,0	19,8	18,7	86,0	591,6
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед						
131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,83
53-3с/2022н	Рассольник ленинградский (перловка)	250	2,4	6,24	8,22	98,64
77/2/2022	Котлета куриная из п./ф. высокой степени готовности с соусом	100/20	11,28	12,55	6,70	184,87
203/2017м	Макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16
360/2017м	Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7
701/2010 м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94
	Итого	960	30,40	25,99	134,93	896,0
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Директор _____

Утверждено
Директор ООО "Питание"
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					
Неделя 1/ день 6						
Завтрак						
181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	9,15	12,47	33,60	
П.Т	Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	
701/2010м	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	
379/2017м	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,68	15,94	
	Итого	550	22,26	22,75	90,82	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	
Обед						
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	
54-25с\2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	4,23	4,5	13,55	
291/2017м	Плов из птицы	200	18,54	22,5	28,66	
54-1хн\2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	
701\2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	
	Итого	840	30,03	28,05	107,73	
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	
					802,42	
					816-952	



Согласовано:
Директор

В. А. Дроздова



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	Неделя 1/ день 7					
Завтрак						
182/2017м	Каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	9,10	11,60	42,50	311,40
П.Т	Пряник	40	2,40	5,73	28,44	145,33
701/2010м	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	144,78
54-4гн/2022н	Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	550	17,84	19,03	112,50	668,13
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед						
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	100	1,48	6,01	8,26	92,8
54-28с\2022н	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,93	103,75
77/1/2022	Котлета рыбная из п./ф. высокой степени	100/20	12,3	8,9	6,9	156,9
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	4,43	5,86	43,8	244,2
360/2017м	Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7
701\2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	940	26,07	26,64	135,0	890,8
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:
Директор

О.А. Гусарова



Утверждено
Директор ООО "Питание"
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					12-18 лет
	Неделя 1/ День 8					
Завтрак						
182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	10,31	6,57	44,25	277,37
П.Т	Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124
14/2017м	Масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
54-3тн/2022н	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	550,0	20,6	20,3	91,4	627,8
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед						
47/2017м	Капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5	8,46	85,7
54-4с\2022н	Рассольник домашний	250	2,4	6,24	12,77	118,63
77/6/2022	Котлеты мясосоковые из п/ф высокой степени готовности	100	9,93	12,66	5,76	176,70
203/2017м	Макаронные отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16
342/2017м	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	27,88	114,6
701\2010 м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94
	Итого	940	27,98	31,1	148,01	986,63
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: Курбанова Е.А. 10.09.2022
Директор Курбанова
Утверждено
Директор ООО "Питание" Курбанова
Курбанов Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					12-18 лет
	Неделя 1/ день 9					
Завтрак						
182/2022м	Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	250	10,38	13,71	43,27	337,99
209/2017м	Яйцо вареное вкрутую	40	5,08	4,60	0,28	63,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28
54-2н/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	550,0	20,4	18,9	82,9	583,6
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед						
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке	100	1,12	0,1	3,5	20
54-23с/2022н	Свекольник по сметаной	250	4,9	6,4	13,4	130,2
77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с маслом	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
125/2017м	Картофель отварной	180	3,63	7,12	25,18	189
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94
	Всего	935	28,40	27,61	121,06	860,8
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:
Директор

В.А. Давыдов



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Куртоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
Неделя 1/ день 10						
Завтрак						
183/2017м	Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	250	11,31	14,2	39,12	329,52
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
382/2017м	Какао с молоком	200	4,18	3,54	17,58	118,9
	Итого	600	19,84	18,64	90,65	609,72
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед						
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	100	1,48	6,01	8,26	92,8
54-20с/2022н	Суп картофельный с рыбой	250	7,98	4,75	22	162,67
289/2017м	Рагу с птицей	250	17,93	19,24	24,52	342,96
360/2017м	Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7
701\2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	890	33,45	30,95	119,87	891,6
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952