



Согласовано:
Директор

Утверждено
Директор ООО "Питание"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Неделя 1/ день 1						
Завтрак						
181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	220	8,03	10,97	26,88	226,45
П.Т	Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52
379/2017м	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,68	15,94	109,56
	Итого	500	19,56	21,05	74,44	556,53
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Обед						
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6
54-7с/2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,1	5,78	18,5	146,42
291/2017м	Плов из птицы	150	13,9	16,88	21,2	292,32
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	700	25,94	23,67	104,54	734,21
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5

Всероссийский конкурс «Самые красивые города России»
 10-ти

Директор ООО «Кортон»

007971
16700
1973

№ рец.	по сбор.	1	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
					Б	Ж	У	
			2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
			Неделя 1/ день 2					
Завтрак								
54-167/2022н			Каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшеничной крупы	220	10,6	12,29	23,51	243,21
П.Т			Пряник	40	2,44	5,73	28,44	145,33
701/2010м			Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52
54-2гн/2022н			Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
			Итого	500	16,40	18,42	81,65	527,38
			Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Обед								
52/2017м			Свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68
54-1с/2022н			Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	2,84	5,28	7,22	88,16
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	150	3,7	4,4	20,52	136,48
139/2017м			Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7
360/2017м			Хлеб пшеничный	40	2,31	0,72	16,02	79,80
701/2010 м			Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
702/2010 м			Итого	820	24,93	23,45	101,39	716,67
			Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5



Согласовано: «Курбанавская»
Директор _____



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	Неделя 1/ день 3					
Завтрак						
182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	220	9,07	5,78	40,22	244,13
П.Т	Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52
54-3гн/2022н	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	500,0	17,7	12,2	82,4	508,2
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Обед						
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,1	12,8
101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	4,6	4,9	10,1	102,63
77/6/2022	Котлеты мясосоковые из п/ф высокой степени готовности	100	9,93	12,66	5,76	176,70
54-21г/2022н	Горошница	150	6,93	6,33	28,6	199,09
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	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	800	28,22	25,03	118,5	814,3
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5



Согласовано:
Директор _____



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	Неделя 1/ день 4					
Завтрак						
183/2017м	Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	200	9,05	11,36	31,3	263,64
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
382/2017м	Какао с молоком	200	4,18	3,54	17,58	118,9
	Итого	540	16,79	15,7	78	520,46
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Обед						
47/2017м	Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	51,42
54-17с\2022н	Суп овощной со сметаной	200	1,66	3,31	14,2	93,27
289/2017м	Рагу с птицей	200	14,35	15,39	19,62	274,39
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	750	23,49	22,65	102,71	708,55
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5



Согласовано:
Директор

«Курнаевская
СШ № 1»
Д. В. Курнаев



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Неделя 1/ день 5						
Завтрак						
182/2022м	Каша молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром	200	7,80	10,80	37,10	272,80
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
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	500,0	17,8	16,0	76,7	518,4
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67,83,75	470-587,5
Обед						
131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1
53-3с/2022н	Рассольник ленинградский (перловка)	200	1,92	5,14	6,24	78,9
77/2/2022	Котлета куриная из п./ф. высокой степени готовности с соусом	100/20	11,28	12,55	6,70	184,87
331/2017м	Макароны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8
203/2017м	Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7
360/2017м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
701/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
702/2010м	Итого	830	27,15	23,74	119,16	799,2
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5



Согласовано:
Директор



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
1	2					
	Неделя 1/ день 6					
Завтрак						
181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	220	8,03	10,97	26,88	226,45
П.Т	Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52
379/2017м	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,68	15,94	109,56
	Итого	500	19,56	21,05	74,44	556,53
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Обед						
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (опурец)	60	0,48	0,06	1,02	6
54-25с\2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	3,39	3,6	10,84	89,32
291/2017м	Плов из птицы	150	13,9	16,88	21,2	292,32
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\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	700	24,23	21,49	96,88	677,11
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5



Согласовано:
Директор

О.А. Босова



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	Неделя 1/ день 7					
Завтрак						
182/2017м	Каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	220	8,00	10,20	37,40	274,03
П.Т	Пряник	40	2,44	5,73	28,44	145,33
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52
54-4гн/2022н	Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	500	15,20	17,43	97,74	582,50
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Обед						
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68
54-28с/2022н	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,75	83
77/1/2022	Котлета рыбная из п./ф. высокой степени готовности с	100/20	12,3	8,9	6,9	156,9
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	3,7	4,8	36,5	203,5
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	820	24,38	22,18	122,2	792,3
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5



Согласовано:
Директор

Д. А. Арсенов



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
1	2					
	Неделя 1/ день 8					
Завтрак						
182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	8,25	5,26	35,40	221,94
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
54-3гн/2022н	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	500,0	18,5	19,0	82,6	572,4
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Обед						
47/2017м	Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	51,42
54-4с\2022н	Рассольник домашний	200	1,92	5,14	10,22	94,9
77/6/2022	Котлеты мясочапустные из п/ф высокой степени готовности	100	9,93	12,66	5,76	176,70
203\2017м	Макаронны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8
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	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	810	25,18	26,91	130,58	866,27
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5



Согласовано
Директор
С.А. Дороско



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
1	2					
	Неделя 1/ день 9					
Завтрак						
182/2022м	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом и сахаром	200	8,26	10,97	34,62	270,25
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
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	500,0	18,3	16,2	74,3	515,9
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Обед						
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,1	12,8
54-23с/2022н	Свекольник по сметаной	200	3,99	5,4	10,7	107,0
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	150	3,03	5,94	20,98	157,5
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	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Всего	805	26,98	25,27	107,91	775,9
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5



Согласовано:
Директор



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал	7-11 лет
1	2						
	Неделя 1/ день 10						
Завтрак							
183/2017м	Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	200	9,05	11,36	31,3		263,64
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80		44,40
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32		93,52
382/2017м	Какао с молоком	200	4,18	3,54	17,58		118,9
	Итого	540	16,79	15,7	78		520,46
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75		470-587,5
Обед							
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96		55,68
54-20с/2022н	Суп картофельный с рыбой	200	6,38	3,8	17,6		130,12
289/2017м	Рагу с птицей	200	14,35	15,39	19,62		274,39
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	750	27,67	23,74	107,27		753,4
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25		705-822,5