

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес консалтинг"



Кортоножко Е.Ю.



### Перспективное

### 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

Меню составлено на основании:

- Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.:
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией М.П Могильного и В.А. Тутельмана. --М.: ДеЛи плюс
- Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На
- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»

СОГЛАСОВАНО:

Директор

ФИО

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (горячие завтраки и обеды)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7

неделя 1/ день 1

завтрак

181/2017м	каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	23,7	200	5,55	6,74	38,5	236,86
54-2гн/2022н	чай с сахаром	10	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010	хлеб пшеничный	4	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	<b>Итого</b>	<b>37,7</b>	<b>430</b>	<b>8,12</b>	<b>7,04</b>	<b>63,37</b>	<b>349,32</b>



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

/ФИО

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (горячие завтраки и обеды)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7

неделя 1/ день 2

завтрак

229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	16	80	13,2	7,12	6	140,80
128/2017м	картофельное пюре с мас.слив.	8	100	2,02	3,96	13,98	91,08
701/2010м	хлеб пшеничный	3,7	20	1,58	0,2	9,66	46,76
54-2гн /2022н	чай с сахаром	10	200	0,2	0	10,38	42,32
	<b>Итого</b>	<b>37,7</b>	<b>400</b>	<b>17,00</b>	<b>11,28</b>	<b>40,02</b>	<b>320,96</b>







УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»

СОГЛАСОВАНО:

Директор

/ФИО

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (горячие завтраки и обеды)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7

неделя 1 /день 4

завтрак

183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом и сахаром	23,7	200	9,05	9,36	33,3	253,10
701/2010м	хлеб пшеничный	4	30	2,37	0,30	14,49	70,14
54-2гн /2022н	чай с сахаром	10	200	0,2	0	10,38	42,32
	<b>Итого</b>	<b>37,7</b>	<b>430</b>	<b>11,62</b>	<b>9,66</b>	<b>58,17</b>	<b>365,56</b>



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Бизнес консалтинг"

«Бизнес консалтинг»  
Кортоножко Е.Ю.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

/ФИО  
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (горячие завтраки и обеды)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7

неделя 1 / день 5

завтрак

291/2017м	плов из птицы	24	180	15,2	8,87	30,68	272,39
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	10	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	3,7	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	<b>Итого</b>	<b>37,7</b>	<b>400</b>	<b>16,98</b>	<b>9,07</b>	<b>50,72</b>	<b>361,47</b>



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес консалтинг"

«Бизнес Консалтинг» Кортножко Е.Ю.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

ФИО

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (горячие завтраки и обеды)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7

неделя 2 / день 6

завтрак							
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	21,7	200	7,1	11,66	40,25	295,45
701/2010м	хлеб пшеничный	6	50	3,95	0,5	24,15	93,52
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	10	200	0,2	0	10,38	43,52
	<b>Итого</b>	<b>37,7</b>	<b>450</b>	<b>11,3</b>	<b>12,2</b>	<b>74,8</b>	<b>432,5</b>



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес консалтинг"

«Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

/ФИО *Соболева Н.Б.*

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (горячие завтраки и обеды)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7

неделя 2 / день 7

завтрак

229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	16	100	16,5	8,9	7,5	176,60
125/2017м	картофель отварной с маслом	8	100	2,02	3,96	13,98	91,08
701/2010м	хлеб пшеничный	10	200	0,2	0	10,38	42,32
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	3,7	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	<b>Итого</b>	<b>37,7</b>	<b>420</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

ФИО

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (горячие завтраки и обеды)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1			3	4	5	6	7
неделя 2 / день 8							
<b>завтрак</b>							
289/2017м	рагу с птицей	22,7	170	10,54	11,98	15,86	224,4
54-2гн /2022н	чай с сахаром	10	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	5	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	<b>Итого</b>	<b>37,7</b>	<b>410</b>	<b>13,90</b>	<b>12,38</b>	<b>45,56</b>	<b>360,24</b>



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

СОГЛАСОВАНО:

Директор/меню

ФИО

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (горячие завтраки и обеды)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7

неделя 2 / день 9

завтрак							
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	15,7	80	9,65	10,48	7,36	182
171/2017м	каша рассыпчатая гречневая с маслом	8	100	5,54	4,2	24	155,8
54-2гн /2022н	чай с сахаром	10	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	4	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	<b>Итого</b>	<b>37,7</b>	<b>410</b>	<b>17,76</b>	<b>14,98</b>	<b>56,23</b>	<b>450,26</b>



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Бизнес консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

«Бизнес консалтинг»

СОГЛАСОВАНО для

Директор

ФИО 04222

Иринашова И.Б.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (горячие завтраки и обеды)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
неделя 2 / день 10							
завтрак							
291/2017м	плов из птицы	24	180	15,2	8,87	30,68	272,39
54-2гн /2022н	чай с сахаром	10	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	3,7	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	<b>Итого</b>	<b>37,7</b>	<b>400</b>	<b>17,0</b>	<b>9,1</b>	<b>50,7</b>	<b>361,5</b>



**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

	ИТОГО	Выход в гр	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	<b>Итого за весь период</b>		<b>127,4</b>	<b>99,0</b>	<b>496,0</b>	<b>3 400,8</b>
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Среднее значение за период</b>		<b>12,735</b>	<b>9,902</b>	<b>49,601</b>	<b>340,083</b>
		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

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

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Сборник технических нормативов. ФГБУ НИЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с. 544с.

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