



Согласовано:

Директор МБОУ Кузнецковская СОШ

Е.В. Давыдова

Утверждено
Директор ООО Бизнес
Консалтинг
Е.Ю. /Кортоножко

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с 5-11 класс, являющихся членами семей участников специальной военной операции,
а также для членов многодетных 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.: ДеЛи принт, 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 МБОУ «Кузнецковская СОШ»
Е.В. Давыдова

Утверждено
Директор ООО Бизнес
Консалтинг
Е.Ю. Коротыжко

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
День 1 /неделя 1: Понедельник							
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	250	8,18	12,17	46,87	330,68	181/2017м	31,78
Блинчики с молоком стуженным 50/20	70	3,91	4,08	24,85	151,76	399/2017м	32,34
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022гн	14
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за <u>Завтрак</u>	550	17,99	19,45	97,51	639,08		81,12
Всего за Понедельник	550,00	17,99	19,45	97,51	639,08		

Согласовано:

Директор ООО "Куп"
С.А. Давыдов

Директор ООО Бизнес
Консалтинг

Директор ИВУ "Кумейниковская вол" Е.В. Давыдов

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет			
День 2/неделя 1: Вторник							
Завтрак							
Винегрет овощной	60	0,78	2,7	4,62	45,6	67/2017м	12
Тфтели запеченные в соусе	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022н	34,12
Макаронные изделия отварные с маслом	150	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	560	23,66	18,20	78,93	573,80		81,12
Всего за Вторник	560	24	18	79	574		



Согласовано:

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Е.В. Давыдова

Утверждено:

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Е.Ю. Кртоножко

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
День 3/неделя 1: Среда							

Завтрак

Каша молочная пшеничная, жидкая с маслом и сахаром	250	10,20	8,70	48,15	312,15	182/2017м	39,78
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	22,34
Какао с молоком	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		81,12
Всего за Среду	590,00	17,36	13,10	89,87	553,07		

Директор

ректор
МБОУ Кузнецковская СОШ
Евг. Павлов Е.В.

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Завтрак

Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	12
Гречка по-купечески с мясом	250	16,5	22,33	46,87	453,75	458/2002г	50,12
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	15
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		81,12
Всего за Четверг	550,00	21,18	25,73	91,06	679,69		



Согласовано:

Директор ООО 'Кумейниковская СОХ'
С.В. Давыдова

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Овощи по сезону нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	12
Плов из птицы	250	18,17	19,32	42,75	418,01	291/2017м	53,12
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		81,12
Всего за Пятницу	550	22	20	74	561		
Итого за неделю в среднем завтрак	560,00	20,46	19,25	86,21	601,34		



Согласовано:

Директор ООО "Кумьинимовская ВSM"
С.В. Рамонов *С.В.*

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубл
		Б	Ж	У			
12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
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	30,78
Блинчики со молоком стуженым 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	32,34
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	550	16,94	15,38	97,96	599,10		81,12
Всего за Понедельник	550	17	15	98	599		



Согласовано:

Директор УБЧУ, коммунального сов.
С.В. Радомская

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

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

Завтрак

Винегрет овощной	60	0,78	2,7	4,62	45,6	67/2017м	12
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	14,11	10,22	9,77	187,55	229/2017м	34,12
Каша рисовая рассыпчатая	150	4,70	4,80	36,50	208,00	128/2017м	20
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	24,15	116,9	701/2010м	3
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого за завтрак	560	23,39	18,22	85,62	601,57		81,12
Всего за Вторник	560	23	18	86	602		

Согласовано:

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Директор ООО "Кулинария" *Сол*
Е.В. Кортоножко

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	38,78
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	22,34
Какао с молоком	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010м	5
Итого за завтрак	600	16,82	17,82	96,67	620,97		81,12
Всего за Среду	600	17	18	97	621		

Согласовано:



Директор МБОУ, Куньинского района
Е.В. Расимова

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг



/Кортоножко Е.Ю.

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

Завтрак

Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,62	2,82	8,72	66,99	101/2004л	12
Котлеты рубленые из кур	100	8,94	11,28	9,21	174,07	294/2017м	36,12
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	15
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		81,12
Всего за Четверг	560	23	21	85	622		



Согласовано:

директор МБОУ "Кумейниновская СОШ"
Е.В. Давыдова

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Е.Ю. Коротко

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубля
		Б	Ж	У			
12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
День 5 /неделя 2: Пятница							
Завтрак							
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	12
Тефтели запеченные в соусе	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022н	34,12
Макаронные изделия отварные с маслом	150	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	560	23,90	18,50	79,38	579,62		81,12
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		Завтрак	22,17	Норма	
			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.