

Согласовано:

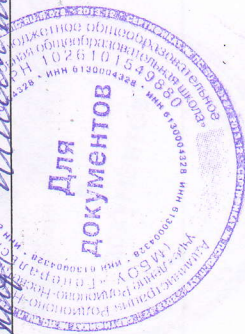
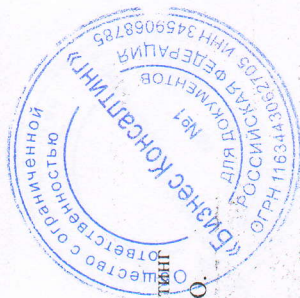
директор

М.П. Иванова

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Е.Ю. Кортонжко



**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 лет),
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. Лапшиной. - 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

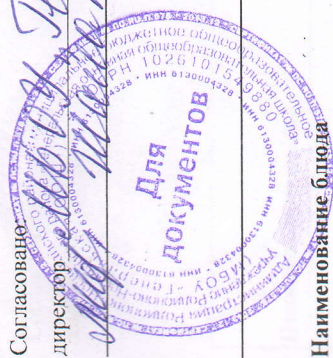
В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

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

Согласовано: *Ирина Александровна Иванова*
 директор

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Е.Ю. Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	Цена руб
		Б	Ж	У			
7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
День 1 /неделя 1: Понедельник							
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	200	6,55	9,74	37,5	264,55	181/2017м	30,2
Блинчики с молоком стуженным 50/20	70	3,91	4,08	24,85	151,76	399/2017м	25
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	500	16,36	17,02	88,14	572,95		73,2
Всего за Понедельник	500,00	16,36	17,02	88,14	572,95		

Согласовано: *Иванов И.И.*
 директор: *Иванов И.И.*
Иванов И.И.
 Для документов

Утверждено: *Иванов И.И.*
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг» №1
 /Кортоножко Е.Ю./

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 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 90/20	110	14,02	10,20	11,61	194,36	15м/2022н	33,2
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,38	42,42	54-2гн/2022н	10
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	550	22,50	18,10	73,90	549,32		73,2
Всего за Вторник	550	23	18	74	549		

Согласовано:

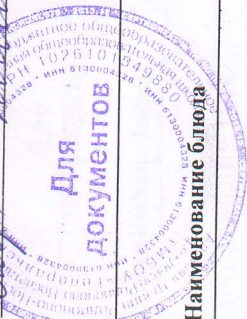
директор

М.В. Журавлевская
М.В. Журавлевская

Утверждено

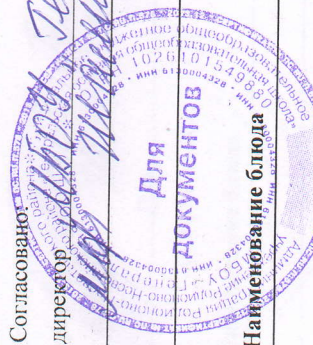
Директор ООО Бизнес Консалтинг

Е.Ю. Кортоножко
/Кортоножко Е.Ю.

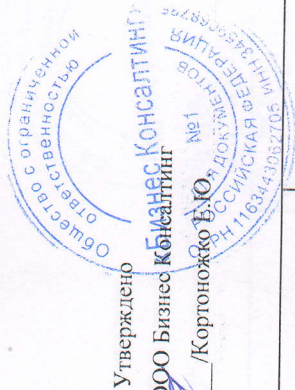


Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет			
День 3/неделя 1: Среда							
Завтрак							
Каша молочная пшеничная, жидкая с маслом и сахаром	250	8,16	6,96	38,52	249,72	182/2017м	34,2
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
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	510	15	11	80	491		73,2
Всего за Среду	510,00	15,32	11,36	80,24	490,64		

Согласовано: *Теремовская М.В.*
 директор *Теремовская М.В.*



Для документа



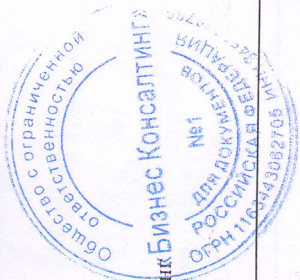
Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена rubles
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
День 4/неделя 1: Четверг	7-11 лет				7-11 лет		
Завтрак							
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	12
Гречка по-купечески с мясом	200	13,2	17,87	37,50	363,00	458/2002г	42,2
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	510	17,54	21,35	69,07	538,02		73,2
Всего за Четверг	510,00	17,54	21,35	69,07	538,02		

Согласовано: *М.В. Гусаров*
 директор ООО Бизнес Консалтинг

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг *Е.Ю. Кортонжко*



Для документов	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
			Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак								
Овощи по сезону нарезке (огурец)		60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	12
Плов из птицы		200	14,54	15,46	34,20	334,41	291/2017м	45,2
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		500	18,80	15,96	65,80	481,45		73,2
Итого за Пятницу		500	19	16	66	481		
Итого за неделю в среднем завтрак		514	18	17	75	526		

Согласовано: *Директор ООО Бизнес Консалтинг*
 директор *М.В. Шаталова*

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Е.Ю. Кортоножко



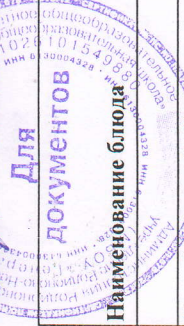
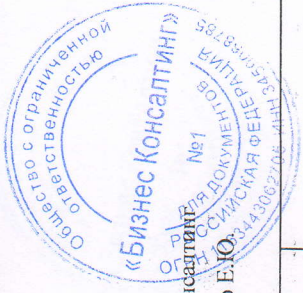
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	200	5,71	5,80	43,46	248,88	54-16к/2022н	30,2
Блинчики со молоком стуженным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	25
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	500	16,78	14,98	98,27	598,70		73,2
Всего за Понедельник	500	17	15	98	599		



Согласовано: *Тереховская О.М.*
 директор *М.А. Тереховская*

Утверждено
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Е.Ю. Коротко
 /Коротко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена rubli
		Б	Ж	У			
День 2 неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Винегрет овощной	60	0,78	2,7	4,62	45,6	67/2017м	12
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	90	12,7	9,2	8,8	168,8	229/2017м	30,2
Каша рисовая рассыпчатая	150	4,70	4,80	36,50	208,00	171/2017м	15
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	4
Чай с лимоном	200*	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого за завтрак	530	20,58	17,00	74,99	536,06		73,2
Всего за Вторник	530	21	17	75	536		

Согласовано:

директор

Ирина Владимировна

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Е.Ю. Кортонжко



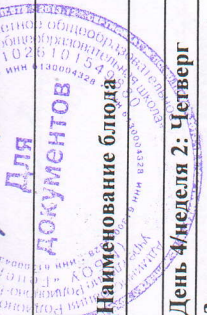
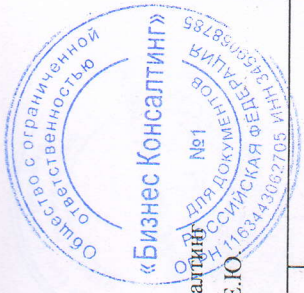
Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубл
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
День 3 /неделя 2: Среда							
Завтрак							
Каша молочная овсяная жидкая, с маслом и сахаром	200	7,09	10,65	40,09	285,33	182/2017м	34,2
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
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	540	14,25	15,05	81,81	526,25		73,2
Всего за Среду	540	14	15	82	526		

Согласовано: *М.В.А. Терещенко*
 директор *М.В.А. Терещенко*
М.В.А. Терещенко

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Е.Ю. Кортоножко



Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
День 4 недели 2: Четверг	7-11 лет				7-11 лет		
Завтрак							
Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,62	2,82	8,72	66,99	101/2004л	12
Котлеты рубленные из кур	90	8,04	10,15	8,29	156,67	294/2017м	33,2
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	10
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	530	21,71	21,93	90,29	649,25		73,2
Всего за Четверг	530	22	22	90	649		

Согласовано: *М.В. Шенерманская*
 директор *М.В. Шенерманская*

Утверждено: *Е.Ю. Коротко*
 Директор ООО Бизнес Консалтинг №1
 «Бизнес Консалтинг»
 ООО «Бизнес Консалтинг»
 ИНН 34-06-000703

Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 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 90/20	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022н	31,2
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	570	20,84	15,40	64,44	498,29		73,2
Всего за Пятницу	570	21	15	64	498		

Для документов
 1028101
 064328

Итого за неделю в среднем завтрак	534,00	18,83	16,87	81,96	561,71
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Среднее значение за завтрак		18,47	16,82	78,70	544,09
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		23,98	21,28	23,49	23,15
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020		77,00	79,00	335,00	2350,00
Распределение ЭЦ				Норма	
		Завтрак	23,15	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.