

Согласовано:

Директор

М.В. Терещенко
М.В. Терещенко



Примерное 2-х недельное меню на горячее питание для учащихся с 5-9 классов за родительскую плату 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.: ДеЛипринт, 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

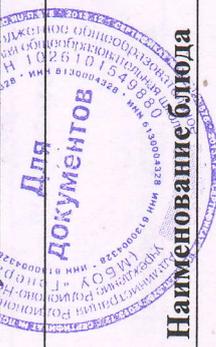
Масса порций для детей в зависимости от взраста (в граммах), к СанПин 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

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 ООО "Техпроект-АИЛ"
 М.В. Мухоморова Л.В.

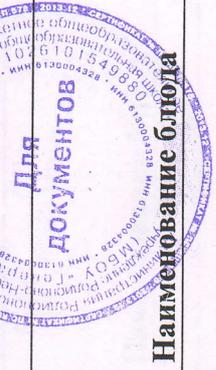


Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	260	8,18	12,17	46,87	330,68	181/2017м	38
Кондитерские изделия	60	3,91	4,08	24,85	151,76	399/2017м	30
Чай с сахаром	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н	14
Хлеб пшеничный	50	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за Завтрак	570	17,99	19,45	97,51	639,08		85
Всего за Понедельник	570,00	17,99	19,45	97,51	639,08		

Согласовано:

Директор *М.А.А. Генеральный ДМ*
М.А.А. Мухоморова Л.В.

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

Тфтели запеченные в соусе	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022н	49
Макаронные изделия отварные с маслом	210	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	50	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	5
Итого за завтрак	570	23,66	18,20	78,93	573,80		85
Всего за Вторник	570	24	18	79	574		

Согласовано:

Директор *М.А. Генераловича*

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
М.А. Генераловича /Коргоножко Е.Ю.



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

Завтрак

Каша молочная пшеничная, жидкая с маслом и сахаром	250	10,20	8,70	48,15	312,15	182/2017м	40
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	25
Чай с сахаром	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	5
Итого за завтрак	600	17,36	13,10	89,87	553,07		85
Всего за Среду	600	17,36	13,10	89,87	553,07		



Согласовано:

Директор

М.А. Березовская
М.А. Березовская

М.А. Березовская
М.А. Березовская

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
«Бизнес Консалтинг» / Коргоножко Е.Ю.



Для документов 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			
День 4/неделя 1: Четверг							

Завтрак

Капуста квашеная с растительным маслом	80	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	25
Гречка по-купечески с мясом	250	16,5	22,33	46,87	453,75	458/2002г	36
Чай каркаде	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	570	21,18	25,73	91,06	679,69		85
Всего за Четверг	570,00	21,18	25,73	91,06	679,69		

Согласовано:

Директор

М.В. Мухоморова
Темлякина М.В.



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
М.В. Мухоморова
№ 11634/2017/ДОКУМЕНТОВ
№ 1 / Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

Овощи по сезону нарезке (огурец)	80	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	20
Плов из птицы	250	18,17	19,32	42,75	418,01	291/2017м	49
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	570	22,11	19,78	73,67	561,05		85
Всего за Пятницу	570	22	20	74	561		
Итого за неделю в среднем завтрак	570,00	20,46	19,25	86,21	601,34		

Согласовано:

Директор

М.В. Терещук
М.В. Терещук

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
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
Кондитерские изделия	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	25
Чай с сахаром	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н	20
Хлеб пшеничный	50	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	10
Итого за завтрак	570	16,94	15,38	97,96	599,10		85
Всего за Понедельник	570	17	15	98	599		

Согласовано:

Директор

Бенедикта Димитрова

Бенедикта Димитрова Л. Д.



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Коргоножко Е.Ю.

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

Завтрак

Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	14,11	10,22	9,77	187,55	229/2017м	40
Каша рисовая рассыпчатая	220	4,70	4,80	36,50	208,00	128/2017м	25
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	24,15	116,9	701/2010м	8
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3тн/2022н	12
Итого за завтрак	570	23,39	18,22	85,62	601,57		85
Всего за Вторник	570	23	18	86	602		

Согласовано:

Директор

А.В. Герасименко
М.В. Давыдова Л.В.



Директор ООО Бизнес Консалтинг
 «Бизнес Консалтинг»

М.Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Каша молочная овсяная жидкая, с маслом и сахаром	270	8,87	13,32	50,12	356,67	182/2017м	37
Печенье	50	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	28
Чай с сахаром	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	570	16,82	17,82	96,67	620,97		85
Всего за Среду	570	17	18	97	621		



Согласовано:

директор *Генеральный мп*
М.В. Мухоморова



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			
День 5 /неделя 2: Пятница							

Завтрак

Тфтели запеченные в соусе	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022н	46
Макаронные изделия отварные с маслом	210	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	20
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	50	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	570	23,90	18,50	79,38	579,62		85
Всего за Пятницу	570	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			Норма	

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.