



Согласовано:  
директор

*С. Павловский*

*Сидорова Е.Т.*

*Сидорова Е.Т.*

Перспективное

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) учащихся с 1-4класс (7-11 лет), для муниципальных общеобразовательных школ



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
Кортоножко Е.Ю.

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. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1 / день 1 Понедельник

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с маслом	200	7,82	10,26	29,40	241,22	35
пт	кондитерское изделие	30	4,83	4,96	13,11	116,40	22,1
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14	5
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,55	66,62	14
	Итого	560	17,01	17,02	79,83	541,38	96,1

Согласовано:  
директор

*Сидорова*  
*Сидорова С.Г.*



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

№ рсц. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Неделя 1/ день 2 Вторник

Завтрак

47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	51,42	20
246/2017м	гуляш из отварного мяса говядина	100	11,90	14,40	7,89	208,76	44,1
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	17
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14	5
ТТК 77-12	напиток витаминизированный "Витошка"	200	0	0	19	76	10
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>20,68</b>	<b>22,60</b>	<b>79,73</b>	<b>603,12</b>	<b>96,1</b>





Согласовано:  
директор

*Сидорова СВ*  


«Бизнес Консалтинг»  
 ООО с ограниченной ответственностью  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Коротко Е.Ю.  


10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блока	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1/ день 4 Четверг

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая рисовая с сахаром и маслом	200	7,71	7,90	28,70	216,74	35,1
209/2017м	яйцо вареное вкрутую	40	5,08	4,60	0,28	63,00	20
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14	5
54-23гв/2022н	кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,5	16
	Итого	570	19,4	16,1	65,1	483,4	96,1



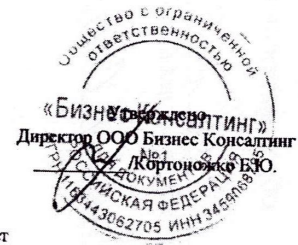
Согласовано  
директор

МКОУ «СШ №17»

МБОУ «СШ №17»

Сидорова С.Г.

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



№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	цена руб
			Б	Ж	У		
1	*	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1/ день 5 Пятница

Завтрак

77-9/2022м	пельмени со сметаной 170/30	200	16,80	18,60	39,30	391,80	57,1
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14	5
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	14
	Итого	530,0	19,9	19,3	74,7	552,5	96,1

Согласовано  
директор



№ 17

Сторожева СГ



«Бизнес Консалтинг»  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Кортобожко Е.Ю.

30-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

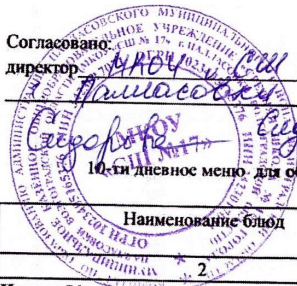
Неделя 2/ день 6 Понедельник

Завтрак

181/2017м	каша молочная жидкая пшеничная, с маслом	200	7,80	9,58	27,12	225,90	37
3/2017м	бутерброд с сыром 40/5/15	60	6,69	8,38	19,38	180,27	25,1
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,55	66,62	14
	Итого	560	16,49	19,46	68,85	519,79	96,1



Согласовано  
 директор *Сидорова С.Г.* № 17  
 «Имашово»



Общество с ограниченной  
 ответственностью  
 «Бизнес Консалтинг»  
 ООО Бизнес Консалтинг  
 Кортонджо Е.Ю.  
 КОСМИЧЕСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
 ИНН 3062705 ИМН 3458000

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

№ рсц. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	цена руб
			Б	Ж	У		
1	2.	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 2/ день 7 Вторник

Завтрак

47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	51,42	20
291/2017м	плов из птицы	200	16,89	13,08	28,66	299,92	61,1
ТТК 77-12	напиток витаминизированный "Витошка"	200	0	0	19	76	10
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,15	0,40	19,33	93,52	5
	Итого	500	21,06	16,48	72,06	520,86	96,1





Согласовано:

директор

*М.А. Сидорова* 17.08.2022

*М.А. Сидорова*

*Сидорова С.Г.*

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

*Кортобожко Д.Ю.*

№1

КОПИЯ ДОКУМЕНТА

ИНН 3450063705

№ реп. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 2/ день 8 Среда

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68	20
ГТК 77-2/2022н	котлеты куриные п./ф. с соусом 100/20	120	16,43	10,50	17,28	236,02	40,1
332/2017м	картофель отварной в молоке	150	4,5	5,6	26,6	173,7	16
127/2017м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14	5
701/2010м	чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	15
54-45гн/2022н	Итого	560	24,33	20,08	70,99	565,62	96,1



Согласовано  
директор

№ 04 от 17.04.2017

Сидорова С.Г.

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



«Бизнес Консалтинг»

№ 1 Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
Кортоножко Е.Ю.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

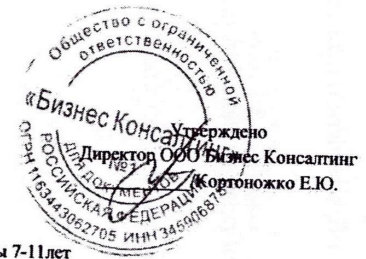
Неделя 2/ день 9 Четверг

Завтрак

ТТК 77-11/2023	вареники с картофелем со сметаной 170/30	200	8,99	11,89	47,10	331,37	55,1
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14	5
382/2017м	какао с молоком	200	4,07	2,5	17,56	109	16
	Итого	530	15,8	15,1	89,4	557,5	96,1



Согласовано: 17.04.2017  
 директор Пашаева  
Сидорова С.Г.



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 2/ день 10 Пятница

Завтрак

131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,70	0,10	3,50	22,10	20
ТТК 77-5/							
54-3с/2022м	тефтели из п.ф с соусом томатным 100/20	120	10,58	14,3	3,44	185,02	39,1
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	17
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	19,8	5
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14	15
	Итого	560	20,54	19,60	74,51	555,06	96,1
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Всего за 10 дней	5 450,00	195,51	181,33	746,87	5 406,78	
	Среднее показание за завтрак	545	19,55	18,13	74,69	540,68	
	Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в %		25,39	22,95	22,29	23,01	

Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту		77,00	79,00	335,00	2350,00
Распределение ЭЦ				Норма	
	Завтрак		23,01	20-25%	