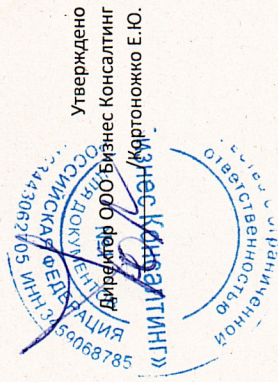


Согласовано:

Директор

С.М. Мухоморова
Директор



Перспективное

обеспечения горячим питанием (завтраки) школьников возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

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

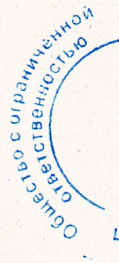
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов и кулинарных изданий 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".

Согласовано: 
 Директор М.М. Рахымжанов
М.М. Рахымжанов


 ООО «Бизнес Консалтинг»
 Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
М.М. Рахымжанов
 01.09.2022

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2									
Неделя 1/ день 1										

Завтрак												
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	31	200	250	7,10	8,88	11,66	14,57	40,25	50,24	295,45	369,32
399/2017м	блинчики (оладьи) с молоком ступенным	20	70	70	5,08	5,08	2,98	2,98	18,85	18,85	122,54	122,54
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,33	0,44	14,49	19,32	70,14	93,52
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	16	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
54-2гн/2022н	чай с сахаром	10	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,38	42,38
	Итого	82,25	600	660	15,15	17,72	15,37	18,39	93,77	108,59	577,51	674,76
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Директор М.М. Ф. Саватков
Стелно Водяни
Знамен Медведев Н.И.

127. Сорокато
Сорокато
Медведев

Общество с ограниченной ответственностью
«Бизнес Консалтинг»
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
/_____/ Коргоножко Е.Ю.
ОПН 7703043062705

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	цена	вес блюда			Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	
		руб	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2					Б	Ж	У		
Неделя 1/ день 2										

47/20017м	капуста квашеная	16	60	100	1,02	1,71	3,00	5,01	5,07	8,46	51,4	85,7
246/2017м	гуляш из отварного мяса птицы	34	100	100	13,24	13,24	8,20	8,20	3,30	3,30	139,96	139,96
203/2017м	макароны отварные с маслом	15	150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,35	196,80	236,16
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,33	0,44	14,49	19,32	70,14	93,52
54-4гн/2022н	чай с молоком	12	200	200	1,6	1,6	1,1	1,1	12,58	12,58	66,62	66,62
	Итого	82,25	540	620	23,63	26,19	17,53	20,63	68,24	83,01	524,94	621,96
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



Concept

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Утверждено

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал		
1	2				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Неделя 1/ день 3										

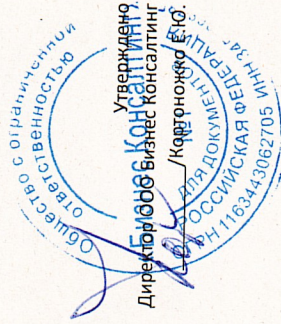
101/2004л	16	60	100	0,976	1,626	0,96	1,6	6,16	10,262	62,4	104
икра кабакцовая консервированная											
ТТК 77/6/2023	34	100	100	9,3	9,3	6,1	6,1	5,9	5,9	116	116
готовности											
171/2017м	15	150	180	8,29	9,95	8,95	10,74	37,37	44,84	262,5	315
701/2010м	5,25	30	40	2,37	3,16	0,33	0,44	14,49	19,32	70,14	93,52
382/2017м	12	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,6	118,6
Итого	82,25	540,0	620,0	25,0	28,1	19,9	22,4	81,5	97,9	629,6	747,1
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



Согласовано:

Директор

Степанов



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Корсаков

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	ккал
1	2											
Неделя 1/ день 4												

Завтрак												
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	15	60	100	1,4	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8	
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	35	90	100	11,89	7,40	8,90	6,30	7,50	134,60	157,66	
125/2017м	картофель отварной с маслом	17	150	180	3,6	5,94	7,12	21,98	26,18	153,5	183,32	
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	50	3,95	0,55	0,55	24,15	24,15	116,90	116,90	
54-2гн/2022н	чай с сахаром	10	200	200	0,2	0	0	10,38	10,38	42,38	42,38	
	Итого	82,25	550	630	21,04	17,49	22,58	67,77	76,47	503,06	593,06	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	

Директор
Степан Степанов
Иванов



Общество с ограниченной
ответственностью
«Бизнес Консалтинг»
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Корнилов Ю.Ю.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	цена		вес блюда		Пищевые вещества г/г				Энергет. ценность			
		руб		7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж		У			
1	2					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Неделя 1 / день 5													

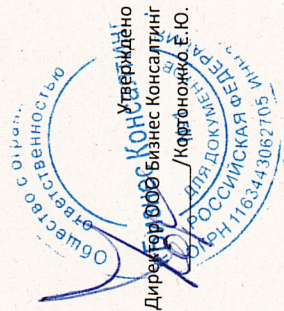
	Завтрак																
131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)																
291/2017м	плов из птицы						15	60	100	1,7	2,83	0,1	0,16	3,5	5,8	22,1	36,83
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов						51	200	230	16,89	19,42	9,86	11,34	29,20	34,09	302,66	348,06
701/2010м	хлеб пшеничный						11	200	200	0,5	0,5	0	0	19,8	19,8	81	81
	Итого						5,25	40	50	3,16	3,95	0,44	0,55	19,32	24,15	93,52	116,90
							82,25	500	580	22,25	26,70	10,40	12,05	71,82	83,84	499,28	582,79
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%							500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



Согласовано:

Директор

Степановская Елена Викторовна
Медведева И.



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал		
					Б			Ж					У
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2												
Неделя 2/ день 6													

Неделя 2/ день 6

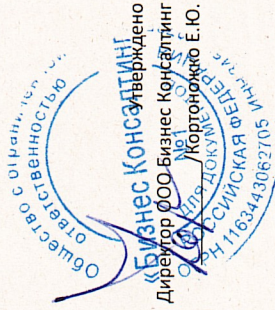
Завтрак

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	31	200	250	5,55	6,93	9,74	12,82	38,50	48,13	264,55	330,68
209/2017м	яйцо вареное	20	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,33	0,44	14,49	19,32	70,14	93,52
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	16	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
54-2гн/2022н	чай с сахаром	10	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,38	42,38
	Итого	82,25	570	630	13,60	15,77	15,07	18,26	73,45	87,91	487,07	576,58
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



Согласовано:

Директор *Степановская Е.Ю.*



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

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11лет и 12- 18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена		вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность	
		руб		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал
1	2										

Неделя 2/ день 7

Завтрак

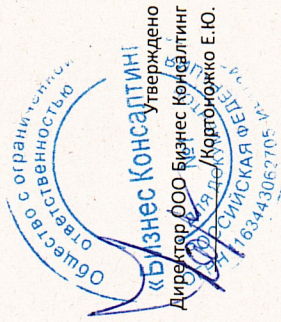
47/20017м	капуста квашеная	16	60	100	1,02	1,71	3,00	5,01	5,07	8,46	51,4	85,7
54-25м/2022н	птица тушеная в сметанном соусе с морковью	35	90	100	10,60	11,78	9,11	10,12	4,93	5,47	144,11	160,08
203/2017м	макаронны отварные с маслом	15	150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,35	196,80	236,16
54-3н/2022н	чай с сахаром и лимоном	11	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,33	0,44	14,49	19,32	70,14	93,52
	Итого	82,25	530	620	19,69	23,43	17,34	21,45	67,87	83,18	505,99	618,98
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



Согласовано:

Директор

Степановская
Неделя 2/ день 8



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2											
Неделя 2/ день 8												

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	15	60	100	0,84	1,4	3,6	6,01	8,26	4,96	55,68	92,8
ТТК 77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с маслом	35	100/5	100/5	12,83	12,83	12,97	12,97	10,27	10,27	209,13	209,13
125/2017м	картофель отварной с маслом	17	150	180	3,03	3,6	5,94	7,12	26,18	21,98	153,5	183,32
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,33	0,44	19,32	14,49	70,14	93,52
54-45гн/2022г	чай каркаде	10	200	200	0,16	0,16	0,08	0,08	7,18	7,18	30,08	30,08
	Итого	82,25	545	625	19,23	21,15	22,92	26,62	71,21	58,88	518,53	608,85
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	76,6-95,75	67-83,75	470-587,5	544-680

Согласовано:
 Директор *М.М. Директор*
Ст. епидемиолог
М.М. Директор



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2									
Неделя 2/ день 9										

Завтрак

183/2017	каша гречневая жидкая молочная с маслом и сахаром	33	200	250	8,26	10,30	11,80	13,84	41,05	51,31	304,00	380,68
15/2017	сыр порциями	17	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	0,00	0,00	36,00	36,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,33	0,44	14,49	19,32	70,14	93,52
54-4гн/2022н	чай с молоком	12	200	200	1,6	1,6	1,1	1,1	12,58	12,58	66,62	66,62
	Итого	82,25	540	600	15,0	17,8	16,6	18,7	77,9	93,0	523,8	623,8
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Согласовано: _____
Директор _____

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	цена		вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		
		руб	руб	7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж		У		ккал		
						7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2													
Неделя 2/ день 10														

131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	15	60	100	1,7	2,83	0,1	0,16	3,5	5,8	22,1	36,83
291/2017м	плов из птицы	51	200	230	16,89	19,42	9,86	11,34	29,20	34,09	302,66	348,06
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	11	200	200	0,5	0,5	0	0	19,8	19,8	81	81
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	50	3,16	3,95	0,44	0,55	19,32	24,15	93,52	116,90
	Итого	82,25	500	580	22,25	26,70	10,40	12,05	71,82	83,84	499,28	582,79
	Норма завтрака по СанПин 20%· 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

[illegible]

Сборник рецептур 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.

СанПин 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".