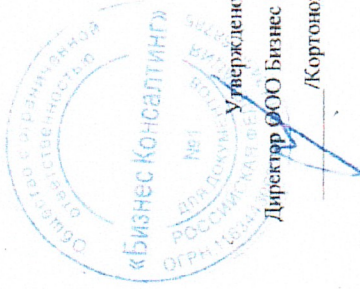




Согласовано:
директор *А.И. Сидорова*
30.08.2024



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е Ю

Примерное 2-х недельное меню на горячее питание (Завтраки) для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 лет), в 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.:Делта 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.: Делта принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды

Среднестатистические 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: *М.В.Савицкая*
директор *М.В.Савицкая*
М.В.Савицкая
20.08.2022



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	Цена руб
		Б	Ж	У			
День / неделя 1: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Каша молочная из овсяных хлопьев жидкая с маслом и сахаром	200	7,1	11,66	40,25	295,45	182/2017м	35
Блинички (оладьи) с молоком ступенным 50/20	70	5,08	2,98	18,85	122,54	399/2017м	25
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,50
Итого за _Завтрак_	600	15,15	15,34	93,77	577,45		93,5



Согласовано: *С.А.Савченко*
 директор *С.А.Савченко*
30.08.2022

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

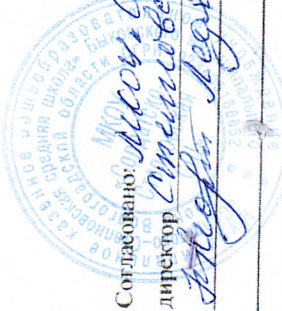
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубля
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Квашеная капуста с маслом растительным	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	20
Гуляш из отварного мяса птицы	100	12,02	11,79	3,27	167,27	246/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Чай с молоком	200	1,60	1,10	12,58	66,62	54-4гн/2022г	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	540	22,14	21,09	68,21	552,25		93,5



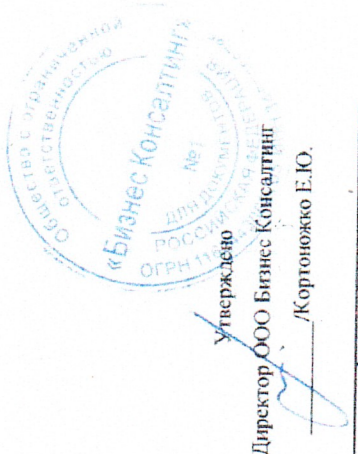
Согласовано:
директор МКОУ «Средне-
турская СОШ»
Ирина Медведева 30.08.2024г.

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3/неделя 1: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,00	101/2004л	20
Котлеты мясокрупные из П/Ф	100	9,30	6,10	5,90	116,00	ТТК 77-6 /2022	38
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	17
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022г	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	540	21,63	15,52	75,69	530,36		93,5



Согласовано: М.С.С. Сапарманов
 директор Станции питания
М.С.С. Сапарманов
30.08.2018



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рещ.	цена рублей
		Б	Ж	У			
День 4/неделя I: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	52/2017м	20
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	90	12,7	8,9	6,3	156,1	229/2017м	38
Картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	21,98	153,50	125/2017м	15
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382/2017м	17
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	470	22,79	22,28	65,31	554,02		93,5

Согласовано:

директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №1 им. Е.И. Златовласки"
30.08.2024 г.



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубля
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017м	24
Плов из птицы	200	14,54	15,46	34,20	334,41	291/2017м	50
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хм/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,5
Итого за завтрак	500	19,90	15,96	76,82	531,03		93,5
Итого за неделю в среднем завтрак	500	20,32	18,04	75,96	549,02		

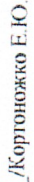
Согласовано: Мирош. С.В.
 директор Средней школы №1
Александрова Р.А.
30.08.2017

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

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рублн
		Б	Ж	У			
День 1/неделя 2: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	200	5,55	9,74	38,50	264,55	181/2017м	35
Блинчики (оладьи) с молоком стуженным 50/20	70	5,08	2,98	18,85	122,54	399/2017м	25
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022г	10
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,50
Итого за завтрак	600	13,60	13,42	92,02	546,55		93,5

[illegible]

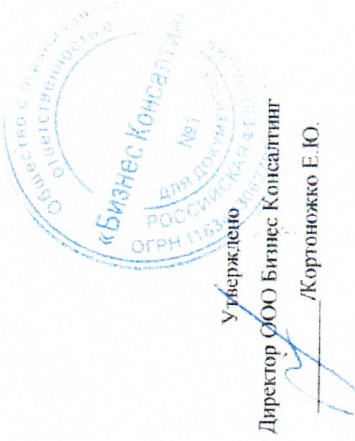
Директор ООО Бизнес Консалтинг
_____/Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рублю
		Б	Ж	У				
День 2 /неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет			
Завтрак								
Квашеная капуста с маслом растительным	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м		20
Птицы тушеная в сметанном соусе с морковью	90	10,60	9,11	4,93	144,11	54-25м/2022н		40
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м		15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м		3,5
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3м/2022н		15
Итого за завтрак	530	19,42	17,31	67,87	505,99			93,5



Согласовано: М.М. Удальцова
 директор: М.М. Удальцова
М.М. Удальцова 30.08.2014



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
М.М. Удальцова
 /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубль
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	52/2017м	20
Котлеты печеночные из П/Ф с маслом сливочным 100/5	105	12,83	12,97	10,27	209,13	ТТК 77-4 /2022	40
Картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	21,98	153,50	125/2017м	15
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	545	19,00	22,89	58,88	518,53		93,5

Согласовано:
 директор
М.В. Мухоморова
 30.08.2024

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.
 «Бизнес Консалтинг»
 ОГРН 1163347000000

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рублей
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Каша молочная "Дружба" из смеси рисовой и пшенной крупы	200	8,26	11,80	41,05	304,00	54-16к/2022н	35
Сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	36,00	15/2017м	18
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382/2017м	17
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	540	17,16	18,99	82,92	575,74		93,5

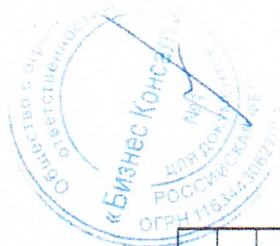


Согласовано: А.А. Кошуров
 директор Специальной школы № 2
г. Минск



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубл.
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017м	24
Гречка по купечески	200	13,20	17,80	30,00	333,00	458/2002г	50
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,20	389/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,5
Итого за завтрак	500	19,06	18,30	73,02	532,82		93,5
Итого за неделю в среднем завтрак	543,00	17,65	18,18	74,94	535,93		



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		18,99	18,11	75,45	542,47
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		24,66	22,92	22,52	23,08
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 23,08 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.