

Согласовано:

*Директор МБОУ "Школа №1" Суровская
Сен. О.А. Сурова А.С.*

09.01.2022



**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание (завтрак),
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. 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; изделия из морской рыбы. В меню включены сезонные овощи и фрукты.

Утверждено

Общество с ограниченной ответственностью
«Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.



*с 09.01.2022
1-210
883*

Согласовано:

Директор МКОУ «Ильмень-Суворовская СШ»
Севастьянова А.С.



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



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

День 1

| № рец. по сбор. | Наименование блюда | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность ккал |
|-----------------|--|-----------|---------------------|-------|-------|------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| завтрак | | | | | | |
| 182/2017м | каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом | 200 | 7,10 | 11,66 | 40,25 | 295,45 |
| 399/2017м | блинчики с повидлом | 70 | 3,15 | 1,68 | 21,95 | 115,62 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 30 | 2,31 | 0,72 | 16,02 | 79,80 |
| 338/2017м | фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 54-2гн/2022н | чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 10,38 | 42,32 |
| | Итого | 600 | 13,16 | 14,46 | 98,4 | 580,19 |

Цена руб.

Согласовано:

Адресат: МБОУ «Центральная общеобразовательная школа №1 им. А.С. Пушкина»
С.И. Сухова



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



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-14 лет (завтрак)

День 2

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность ккал |
|-----------------|-------------------|-----------|---------------------|---|---|------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

завтрак

| | | | | | | | |
|----------------------------|---|--------|-------|-------|-------|--------|-------|
| 101/2004л | консервы закусочные овощные (икра кабачковая) | 60 | 0,976 | 0,96 | 6,16 | 62,4 | 14 |
| ТТК 77-3/2022Н- /331/2017М | котлеты домашние с соусом | 100/20 | 8,32 | 13,15 | 7,17 | 180,62 | 40 |
| 203/2017М | макароны отварные с маслом | 150 | 5,73 | 6,07 | 31,98 | 205,50 | 15 |
| 701/2010М | хлеб пшеничный | 30 | 2,31 | 0,72 | 16,02 | 79,80 | 5,69 |
| 54-4Гн/2022Н | чай с молоком | 200 | 1,6 | 1,1 | 12,58 | 66,62 | 16 |
| | Итого | 560,0 | 18,94 | 22,00 | 73,91 | 594,94 | 90,69 |

Согласовано: *Александр*

МКУ «Ильмень-Суворовская СС»

Сурьва А.С.



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-Плет (завтрак)

День 3

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | | Энергет. ценность | |
|-----------------|-------------------|-----------|---------------------|---|---|------|-------------------|--|
| | | | Б | Ж | У | ккал | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Цена руб. | |

завтрак

| | | | | | | | |
|---------------|--|-------|------|------|-------|--------|-------|
| 47/2017м | капуста квашеная с растительным маслом | 60 | 1,02 | 3,00 | 5,07 | 51,41 | 15 |
| 77-6/331/2022 | котлета мяскокапустная | 100 | 9,30 | 6,10 | 5,90 | 116,00 | 38 |
| 171/2017м | каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,3 | 6,3 | 36 | 229,9 | 15 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 50 | 3,85 | 1,20 | 26,70 | 133,00 | 6,69 |
| 54-3гн/2022н | чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 10,58 | 43,52 | 16 |
| | Итого | 560,0 | 21,8 | 16,6 | 84,3 | 573,8 | 90,69 |

Согласовано: *Директор*
МБОУ «Ильмень-Суворовская ССШ»
С.С. Суслова А.С.



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



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы **1-2 класс** (завтрак)

День 4

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Цена руб. |
|-----------------|--|------------|---------------------|--------------|--------------|-------------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| завтрак | | | | | | | |
| 133/2017м | консервы закусочные овощные (кукуруза) | 60 | 1,20 | 0,20 | 6,10 | 31,30 | 15 |
| 77-1/331/2022м | котлета рыбная с соусом | 100 | 6,73 | 8,02 | 5,04 | 115,30 | 40 |
| 171/2017м | каша рисовая рассыпчатая с маслом | 150 | 4,60 | 10,00 | 39,67 | 267,08 | 15 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 30 | 2,31 | 0,72 | 16,02 | 79,80 | 5,69 |
| 54-2гн/2022н | чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 10,38 | 42,32 | 15 |
| | Итого | 560 | 15,04 | 18,94 | 77,21 | 535,80 | 90,69 |

Согласовано:

*Директор МКОУ «Ильмень-Суво»
Суворовская СШ*
Сурова А.С.



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



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы **7-11 лет (завтрак)**
День 5

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Цена руб. |
|-----------------|--|--------------|---------------------|-------------|-------------|-------------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| завтрак | | | | | | | |
| 182/2017м | каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром | 200 | 8,64 | 6,39 | 38,70 | 246,87 | 40 |
| 15/2017м | сыр порциями | 10 | 2,30 | 2,90 | 0,00 | 35,87 | 13 |
| 338/2017м | фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 15 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 50 | 3,85 | 1,20 | 26,70 | 133,00 | 6,69 |
| 54-21гн/2022н | какао с молоком | 200 | 4,66 | 3,6 | 12,67 | 101,72 | 16 |
| | Итого | 560,0 | 19,9 | 14,5 | 87,9 | 564,5 | 90,69 |

Согласовано:

Директор ООО «Ильмень-Суворовская СШ»
Суровская С.И. Д.С. Сурова А.С.



Ограниченно ответственное общество
 «Ильмень-Суворовская СШ»
 ОГРН 1034430067005
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 «Бизнес Консалтинг» Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет (завтрак)
 День 6

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность ккал | Цена руб. |
|-----------------|---|--------------|---------------------|--------------|--------------|------------------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| завтрак | | | | | | | |
| 47/2017м | капуста квашеная с растительным маслом | 60 | 1,02 | 3,00 | 5,07 | 51,41 | 15 |
| ТТК 77-2/2022 - | биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком | 100/20 | 11,28 | 12,55 | 6,70 | 184,87 | 40 |
| 332/2017м | | 150,0 | 5,73 | 6,07 | 31,98 | 205,50 | 15 |
| 204/2017м | макаронны отварные с маслом | 200 | 0,2 | 0 | 10,38 | 42,32 | 15 |
| 54-2гн/2022н | чай с сахаром | 30 | 2,31 | 0,72 | 16,02 | 79,80 | 5,69 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | | | | | | |
| | Итого | 560,0 | 20,54 | 22,34 | 70,15 | 563,9 | 90,69 |

Согласовано:

Директор МКОУ «Ильмень-Суворовская СШ»
Суворова С.И.



Ограниченное
 общество
 «Бизнес Консалтинг»
 ООО Бизнес Консалтинг
 «Бизнес Консалтинг» Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-14лет (завтрак)

День 7

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | | Цена руб. |
|-----------------|---|-----------|---------------------|-------|-------|-------------------|-------|-----------|
| | | | Б | Ж | У | ккал | 7 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | |
| завтрак | | | | | | | | |
| 181/2017м | каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом | 200 | 6,55 | 9,74 | 37,50 | 264,55 | 29,00 | |
| 399/2017м | блинчики с повидлом | 70 | 3,15 | 1,68 | 21,95 | 115,62 | 25,00 | |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 30 | 2,31 | 0,72 | 16,02 | 79,80 | 5,69 | |
| 338/2017м | фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 15 | |
| 54-3гн/2022н | чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 10,58 | 43,52 | 16 | |
| | Итого | 600 | 12,71 | 12,54 | 95,85 | 550,49 | 90,69 | |

Согласовано:

Директор МБОУ «Ильмень-Суворовская СШ»
Суворова А.А.



Директор ООО Бизнес-Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

«Бизнес-Консалтинг»



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

День 8

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | | Цена руб. |
|------------------|---------------------------------------|------------|---------------------|--------------|--------------|-------------------|--------------|-----------|
| | | | Б | Ж | У | ккал | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | |
| завтрак | | | | | | | | |
| 52/2017м | свекла отварная с растительным маслом | 60 | 0,84 | 3,6 | 4,96 | 55,68 | 15 | |
| 77-5/54-3с/2022н | тефтели запеченные в соусе 100/20 | 120 | 10,25 | 11,32 | 5,93 | 190,25 | 40 | |
| 171/2017м | каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,3 | 6,3 | 36 | 229,9 | 15 | |
| 701/2017м | хлеб пшеничный | 30 | 2,31 | 0,72 | 16,02 | 79,80 | 5,69 | |
| 54-2гн/2022н | чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 10,38 | 42,32 | 15 | |
| | Итого | 560 | 20,896 | 21,94 | 73,29 | 597,95 | 90,69 | |

Согласовано:

Директор МКОУ «Ильмень-Суворовская СШ»
Субботина сестр Ольга Сурова А.



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

День 9

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Цена руб. |
|-----------------|--------------------------------------|--------------|---------------------|-------------|-------------|-------------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| завтрак | | | | | | | |
| 120/2017м | суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 5,47 | 4,75 | 17,95 | 150,00 | 40 |
| 338/2017м | фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 16 |
| 14/2017м | масло порциями | 10 | 0,8 | 7,25 | 0,13 | 66 | 13 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 50 | 3,85 | 1,20 | 26,70 | 133,00 | 5,69 |
| 54-21гн/2022н | какао с молоком | 200 | 4,66 | 3,6 | 12,67 | 101,72 | 16 |
| | Итого | 610,0 | 15,2 | 17,2 | 67,3 | 497,7 | 90,69 |

Согласовано: *Директор*
Масу Ч. Исламович - Суф-
Ровсанович Суфуров



Директор ООО Бизнес Консалтинг
 «Корпус Консалтинг» Ю.
 «БИЗНЕС КОНСАЛТИНГ» Ю.
 №1
 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ
 КОСЦИМСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 445908785

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

День 10

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Цена руб. |
|-----------------|---|-----------|---------------------|--------|--------|-------------------|-----------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| завтрак | | | | | | | |
| 131/2017м | консервы закусочные овощные (зеленый горошек) | 60 | 1,35 | 0,18 | 7,92 | 38,52 | 15 |
| 291/2017м | плов из птицы | 200 | 16,89 | 9,86 | 34,09 | 302,66 | 54 |
| 54-3гн/2022н | чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 10,58 | 43,52 | 16 |
| 701/2017 | хлеб пшеничный | 50 | 3,85 | 1,20 | 26,70 | 133,00 | 5,69 |
| | Итого | 510 | 22,39 | 11,24 | 79,29 | 517,70 | 90,69 |
| | Всего за 10 дней | 5 680,00 | 180,47 | 171,75 | 807,47 | 5 576,98 | |
| завтрак | Средний суточный рацион | 568 | 18,05 | 17,18 | 80,75 | 557,70 | |