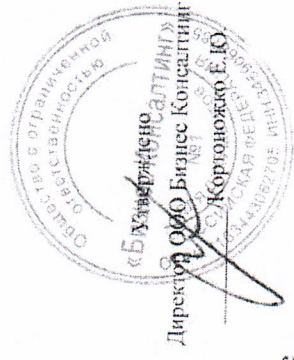


73,20 с 1/09.25



Составлено: *М. Жульен*
директор



**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 лет),
для муниципальных общеобразовательных школ**

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и

эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с

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

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

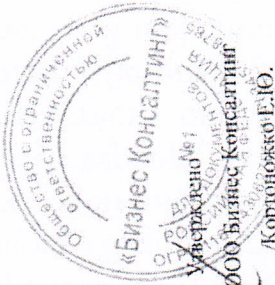
Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПИН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

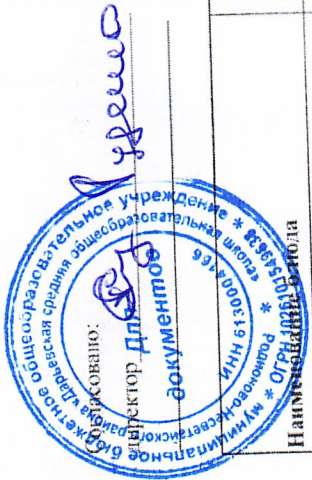
Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПИН 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.

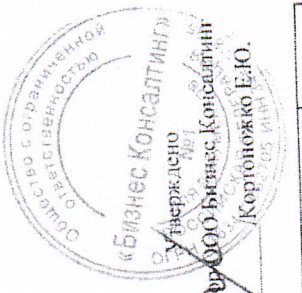
В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.



Наименование товара	Вес блока 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
День 1 / неделя 1: Понедельник							
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	200	6,55	9,74	37,5	264,55	181/2017м	30,2
Блиnnики с молоком ступенным 50/20	70	3,91	4,08	24,85	151,76	399/2017м	25
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за _Завтрак	500	16,36	17,02	88,14	572,95		73,2
Всего за Понедельник	500,00	16,36	17,02	88,14	572,95		



Согласно...
 директор



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена Рубли
		Б	Ж	У			
День Знания 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет			
Завтрак							
Винегрет овощной	60	0,78	2,7	4,62	45,6	67/2017м	12
Тфтели запеченные в соусе 90/20	110	14,02	10,20	11,61	194,36	15м/2022н	33,2
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	20г/2017м	15
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,38	42,42	54-2гн/2022н	10
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	550	22,50	18,10	73,90	549,32		73,2
Всего за Вторник	550	23	18	74	549		



Согласован
директор

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Жорис Фомко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3 недели 1: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<i>Завтрак</i>							
Каши молочная пшеничная, жидкая с маслом и сахаром	250	8,16	6,96	38,52	249,72	182/2017м	34,2
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	90
Какао с молоком	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-217м/2022г	15
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	510	15	11	80	491		73,2
Всего за Среду	510,00	15,32	11,36	30,24	470,64		

↑
090

А.В. Руденко

Директор

С приказом ознакомлены:



Удмуртская Республика
 г. Ижевск
 ул. Коммунальная, д. 10
 «Бизнес Консалтинг»
 Общество с ограниченной ответственностью
 ОГРН 1020801000000
 ИНН 0801000000

Согласовано
 директор
 [Подпись]



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/шт
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 1: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017г.	12
Гречка по-купечески с мясом	200	13,2	17,87	37,50	563,00	438/2002г.	42,2
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022г.	15
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010г.	4
Итого за завтрак	510	17,54	21,35	69,97	538,02		
Всего за Четверг	510,00	17,54	21,35	69,97	538,02		

↓
500

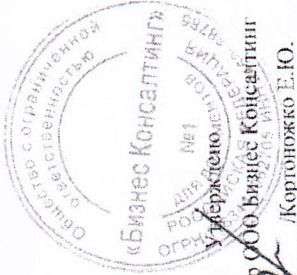
А.В. Руденко

Директор

С приказом ознакомлены:



Согласовано
директор



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб.ли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Овощи по сезону нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	12
Шлов из птицы	200	14,54	15,46	34,20	334,41	29/2017м	45,2
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3-тн/2022н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,52	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	500	18,80	15,96	64,60	481,45		73,2
Итого за Пятницу	500	19	16	66	481		
Итого за неделю в среднем завтрак	514	18	17	73	526		

18,48 15,96 66,12 477,45

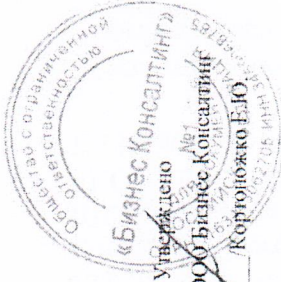
А.В. Руденко

Директор

С приказом ознакомлены:



Согласовано
директор



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоңожко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Ишчевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рец.	цена рублей
		Б	Ж	У			
День недели 2: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Каша "Дружба" молочноя из риса и пшена	200	5,71	3,80	43,46	248,88	54-166/2022н	30,2
Блинчики со молоком ступенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017н	25
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23н/2022н	15
Хлеб ишчевый	30	2,1	0,3	11,49	70,14	701/2010н	3
Итого за завтрак	500	16,78	11,98	98,77	598,70		73,2
Всего за Понедельник	500	17	15	98	599		

15,52 1388 87,10 536,48



Согласовано директором



Директор ООО Бизнес-Консалтинг
Кордюжко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/бл
	7-11 лет	7-11 лет	Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак								
Винегрет овощной	60	0,78	2,7		4,62	45,6	67/2017м	12
овощами	90	12,7	9,2		8,8	168,8	229/2017м	30,2
Каша рисовая рассычатая	150	4,70	4,80		36,50	208,00	171/2017м	15
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3		14,49	70,14	701/2010м	4
Чай с лимоном	200	0,30	0,00		10,58	43,52	51-3м/2022г	12
Итого за завтрак	530	20,58	17,00		74,99	556,06		73,2
Всего за Вторник	530	21	17		75	536		

А.В. Руденко

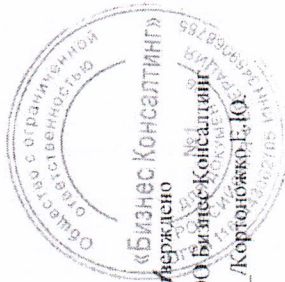


Директор

С приказом ознакомлен



Согласовано:
директор



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 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Каши молочная овсяная жидкая, с маслом и сахаром	200	7,09	10,65	40,69	285,33	182/2017*	34,2
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017*	20
Какао с молоком	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-21шт/2022г	15
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,22	93,52 *	701/2010*	4
Итого за завтрак	540	14,25	15,05	31,31	526,25		73,2
Всего за Среду	540	14	15	82	526		

Согласовано:

директор



Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/лн
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<i>Завтрак</i>							
Закуска из ошшей (икра кабаржская)	60	1,62	2,82	3,72	66,99	101/2004д	12
Котлеты рубленные из кур	90	8,04	10,15	8,29	156,67	794/2017м	33,2
Каша рассыпчатая, гречневая	130	3,30	6,30	56,00	233,70	174/2017м	15
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-43м/2022б	10
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	761/2010м	3
Итого за завтрак	530	24,71	24,75	90,27	649,25		73,2
Всего за Четверг	530	22	22	96	649		

20,22 19,65 74,68 577,58



Утверждено
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Коротконого Е.Ю.



Согласовано:
 директор

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День недели 2: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	4/2017м	12
Тертые картофельные в соусе 90/20	110	14,02	10,2	11,61	194,36	15м/2022г	31,2
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	52,80	196,80	20/2017м	15
Чай с лимонном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-31м/2022г	12
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	570	20,84	18,40	64,44	498,29		73,2
Всего за Пятницу	570	21	15	64	498		73,2

550. 22,81 18,4 74,55 556,24

Итого за неделю в среднем завтрак	534,00	18,83	16,87	81,96	561,71
Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
<i>Среднее значение за завтраком</i>		18,47	16,82	78,70	544,09
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		23,98	21,28	23,49	23,15
<i>Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020</i>					
Распределение ЭЦ		77,00	79,00	335,00	2350,00
				Норма	
		Завтрак		23,15	20,25%

Использованная литература: Сборник рецептов на продукты для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Мотыляного изд. Дели плюс, 2017 г.

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организация 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 сахара и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль, морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.