

Согласовано
 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет (завтрак)
 2024-2025 учебный год
 2024-2025 учебный год

Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Кортоножко Е.Ю.

День 1 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет (завтрак)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность	Витамины (мг)
			Б	Ж	У	ккал		
1	2	3	4	5	6	7	8	
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,10	11,66	40,25	295,45	1,17	
399/2017м	блинчики с повидлом	70	6,15	3,68	17,95	129,52	0,03	
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
54-2м/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	0,3	
Итого		600	16,16	16,46	94,4	594,09	11,5	

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

101/2004л	икра кабачковая консервированная	60	0,976	0,96	6,16	62,4	0	
ТТК 77/3/2022н- /331/2017м	котлеты домашние с соусом	100//20	8,32	13,15	7,17	180,62	0,00	
203/2017м	макароны отварные с маслом	150,0	5,73	6,07	31,98	205,50	0,00	
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00	
54-4м/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	1,33	
Итого		560,0	18,94	22,00	73,91	594,94	1,33	



Согласовано: М.В. Шабалина
Директор ООО "Бизнес Консалтинг" / Коротко Е.Ю.
09.01.2017г.

День 3 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет (завтрак)

183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	8,25	8,55	33,11	244,50	0,42
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	560,0	17,4	20,9	87,3	609,1	7,9

День 4 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет (завтрак)

70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	60	0,48	0,06	1,14	7,2	2,45
ТК 77/1/2022- /331/2017м	котлета рыбная с соусом	100//20	12,30	8,90	6,90	156,90	0,70
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	4,60	10,00	39,67	267,08	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
54-2н/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	0,3
	Итого	560	19,89	19,68	74,11	553,30	3,45



Согласовано: М.Ю. Шабалин
Директор Шабалин М.Ю.
10.09.2022 г.



Директор ООО "Бизнес-Консалтинг"
Короткожко Е.Ю.

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

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	200	8,64	6,39	38,70	246,87	1,17
15/2017м	сыр порциями	10	2,30	2,90	0,00	35,87	21,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
54-3гн/2022г	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	0,3
	Итого	560,0	15,5	10,9	85,8	506,3	32,5

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

70/71/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	60	0,66	0,12	2,16	13,2	8,75
ТТК 77/2/2022 - 332/2017м	Биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100//20	11,28	12,55	6,70	184,87	1,5
204/2017м	макароны отварные с маслом	150,0	5,73	6,07	31,98	205,50	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
	Итого	560,0	20,05	19,48	71,86	543,37	10,55



Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Ирина Викторовна Кортоножко
09.01.2015г.



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

День 7

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	6,55	9,74	37,50	264,55	1,17
399/2017м	блинчики с повидлом	70	6,15	3,68	17,95	129,52	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	0,3
	Итого	600	15,71	14,54	91,85	564,39	11,5

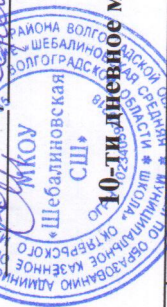
10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11лет (завтрак)

День 8

ТТК 77/4/2022н- /332/2017м	котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100	10,25	11,32	5,93	190,25	7,64
125/2017м	картофель отварной с маслом	150	3	0,6	23,7	112,2	21,75
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68	3,99
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	1,33
	Итого	540	17,996	17,34	63,19	504,55	34,71

Согласовано:

Директор *МБОУ "Школа № 1"*
С.А. Сидорова
09.01.2015г.



Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Е.Ю. Кортоножко



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

День 9

120/2017м	суп молочный с макаронными изделиями	250	5,47	4,75	17,95	150,00	0,11
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
54-2гн\2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	0,3
	Итого	610,0	15,2	17,2	67,3	497,7	7,9

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

День 10

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,35	0,18	7,92	38,52	0,63
291/2017м	плов из птицы	200	16,89	9,86	34,09	302,66	4,50
379/2017м	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,94	100,6	0,3
701	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
	Итого	510	25,26	13,92	84,65	574,78	5,43

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

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 на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2010. - 544с.

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".