

Согласовано:

директор МБОУ «Шебакиновская см 1»

В. Семенов & М



**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание (завтрак)
для учащихся с 5 по 11 класс (12-18 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.

Согласовано: *А.А. Бибичева 24*

Утверждено: _____

Директор ООО «Бизнес Консалтинг» ЖЖКО Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг» ЖЖКО Е.Ю.

№ 18

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ
ОГРН 1193002000000

0-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

День 1

№ 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 из хлопьев	250	8,88	14,57	50,24	369,32	30,00
399/2017м	овсяных с сахаром и маслом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	25,00
701/2010м	блинчики с повидлом	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,69
338/2017м	хлеб пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15
54-2гн/2022н	фрукт свежий (яблоко)	200	0,2	0	10,38	42,32	15
	чай с сахаром	660	15,71	17,61	113,73	680,66	90,69
	Итого						

Согласовано: *Семеница ЕМ*
 МКОУ «Шебалиновская СШ»
 ОГРН 10234060355

Общество с ограниченной ответственностью «Бизнес Консалтинг»
 ОГРН 163443062705
 Короткожо Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)
 День 2

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Цена руб.
			Б	Ж	У	7		
1	2	3	4	5	6	7		
завтрак								
101/2004л	консервы закусовые овощные (икра кабачковая)	100	1,3	1,28	8,21	83,2	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	180,0	6,87	7,30	38,35	246,60	15	
701/2010М	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,69	
54-4гн/2022Н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	16	
	Итого	640,0	21,17	23,79	87,67	683,44	90,69	



Согласовано: *Сергеева ЕМ*

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

День 3

№ 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							
47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5,00	8,46	85,70	15
77-6/331/2022	котлета мяскокапустная	100	9,30	6,10	5,90	116,00	38
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая	180	8,76	7,56	43,2	275,87	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	630,0	23,9	19,9	94,8	654,1	90,69

Согласовано: С.С. Сурянова 8/4



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)
День 4

№ 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								
133/2017м	консервы закусочные овощные (кукуруза)	100	2,00	0,33	10,16	52,16	15	
77-1/331/2017м	котлета рыбная с соусом	100	6,73	8,02	5,04	115,30	40,00	
305/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	10,80	12,00	47,60	266,60	15	
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,69	
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15	
	Итого	640	22,81	21,31	94,54	582,78	90,69	

Согласовано: *С. С. Смирнова Е. Ю.*



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 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	250	10,80	7,98	48,37	308,50	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	610,0	22,0	16,1	97,5	626,1	90,69

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

Согласовано
 [Подпись]
 [Подпись]

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)
 День 6

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Цена руб.
			Б	Ж	У	7		
1	2	3	4	5	6	7		
завтрак								
47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5,00	8,46	85,70	15	
ТТК 77/2/2022н- /332/2017М	биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100//20	11,28	12,55	6,70	184,87	40	
204/2017м	макароны отварные с маслом	180,0	6,87	7,30	38,35	246,60	15	
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15	
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,69	
	Итого	640,0	23,13	25,81	85,25	665,89	90,69	

Согласовано:

С.А. Давыдова 24

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»
РОССИЙСКОЕ
АГЕНТСТВО
ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ
КАЧЕСТВА
И БЕЗОПАСНОСТИ
ПРОДУКЦИИ
№1
ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ
КНИТ 340242785



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

День 7

№ 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

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	6,93	12,82	48,13	330,68	29,00
399/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	25,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	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	660	13,86	15,86	111,82	643,22	90,69

Согласовано:

С.И. Демидова 84



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)
День 8

№ 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							
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6	8,26	92,8	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	180	8,76	7,56	43,2	275,87	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	630	22,916	25,6	83,79	681,04	90,69

Согласовано: *С.В. Савельева* 64



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы **12, 18 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	300	6,56	5,69	23,25	180,00	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	660,0	16,3	18,1	72,6	527,7	90,69

Согласовано: 



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
131/2017м	консервы закусовые овощные (зеленый горошек)	100	1,80	0,24	10,56	51,36	15
291/2017м	плов из птицы	250	19,42	11,34	42,18	348,06	54
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16
701	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	5,69
	Итого	600	25,37	12,78	90,02	575,94	90,69
	Всего за 10 дней	6 370,00	207,16	196,84	931,75	6 320,87	
завтрак	Средний суточный рацион	637	20,72	19,68	93,18	632,09	