



Согласовано:

Директор

Иван Иванович
Сурянов 24



Утверждено:

Директор ООО

«Бизнес Консалтинг»
 Кортоножко Е.Ю.

День 1

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У	с		
1	2	3	4	5	6	7	8	
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	8,88	14,57	50,24	369,32	1,46	
399/2017м	блинчики с повидлом	70	6,15	3,68	17,95	129,52	0,03	
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	0,3	
	Итого	660	18,71	19,61	109,73	694,56	11,79	

День 2

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

101/2004л	икра кабачковая консервированная	100	1,6	16,26	10,27	104	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	макаронны отварные с маслом	180,0	6,87	7,30	38,35	246,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	1,33
	Итого	640,0	21,47	38,77	89,73	704,24	1,33

Согласовано:
 Директор ООО "Шеддингская СШ" *Ирина Середина*

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

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

День 3

183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	11,00	11,40	44,40	326,00	0,48
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	610,0	20,1	23,8	98,6	690,6	7,9

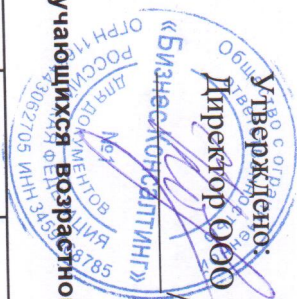
День 4

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

70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	100	0,8	0,1	1,9	12	4,9
ТТК 77/1/2022- /331/2017м	котлета рыбная с соусом	100//20	12,30	8,90	6,90	156,90	0,70
305/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	10,80	12,00	47,60	266,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
54-2гч/2022г	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	0,3
	Итого	640	27,18	21,96	88,14	584,22	5,90



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



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

День 5

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	10,80	7,98	48,37	308,50	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/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	0,3
Итого		610,0	17,7	12,5	95,5	567,9	32,5

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

День 6

70/71/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	100	1,1	0,2	2,8	22	17,5
ТК 77/2/2022н- /332/2017м	Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100//20	11,28	12,55	6,7	184,87	1,5
204/2017м	Макаронны отварные с маслом	180,0	6,87	7,30	38,35	246,60	0,00
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	0,3
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
Итого		640,0	22,53	21,01	79,59	602,19	19,3

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

Согласовано:
 Директор ООО "Медиаинформационная группа" *Медиаинформационная группа*
В.А. Давыдова

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

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

День 7

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	6,93	12,82	48,13	330,68	1,46
399/2017м	блинчики с повидлом	70	6,15	3,68	17,95	129,52	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
54-гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	0,3
Итого		660	16,86	17,86	107,82	657,12	11,79

День 8

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

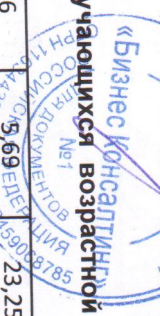
ТТК 77/4/2022н- /332/2017м	котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100	10,25	11,32	5,93	190,25	7,64
125/2017м	картофель отварной	180	3,6	0,72	28,44	134,64	21,75
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	0,8	6,01	8,26	92,8	6,65
701/2017м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
54-гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	1,33
Итого		620	19,326	20,11	76,57	590,71	37,37

Согласовано:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

Утверждено:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.



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

День 9									
120/2017м	суп молочный с макаронными изделиями	300	6,56	5,69	23,25	180,00	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		660,0	16,3	18,1	72,6	527,7	7,9		

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

День 10									
101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	100	3,00	3,90	6,30	70,20	0,84		
291/2017м	плов из птицы	230	19,42	11,34	29,20	348,06	5,17		
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		580	29,44	19,12	78,14	651,86	6,31		

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

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тютельяна. - М.: Делли плюс, 2017. - 544с.

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

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Делли принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тютельян В.А.

СанПиН 1.2.3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".