



Согласовано
 Директор М.А. Мельникова
 Директор С.А. Мельникова



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

День 1

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

| № рец. по сбор. | Наименование блюда | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность ккал | Витамины (мг) |
|-----------------|--|-----------|---------------------|-------|-------|------------------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 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 |
| 54-2н/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 |

День 2

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 |
| ТК 77/3/2022н- /33д/2017м | котлеты Домашние с соусом | 100//20 | 8,32 | 13,15 | 7,17 | 180,62 | 0,00 |
| 203/2017м | макаронны 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 |
| 54-4гн/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 |



Директор ООО "Бизнес Консалтинг" / Коротюжко Е.Ю.
Е.Ю. Коротюжко



Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 / Коротюжко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением 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 3

День 4

10-ти дневное меню для обеспечением 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 |
| ТТК 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 |
| 54-2гн/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 |



День 5 10-ти дневное меню для обеспечением 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-Згн/2022н | 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 |



Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

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

| | | | | | | | |
|-----------------|--|--------|-------|-------|-------|--------|-------|
| 70/71/2017м | овоши свежие (помидор свежий; соленый) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,16 | 13,2 | 8,75 |
| ТТК 77/2/2022 - | Биточки, котлеты куринные с соусом сметанным с луком | 100/20 | 11,28 | 12,55 | 6,70 | 184,87 | 1,5 |
| 204/2017м | макаронны 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 |



Директор Шершова М.В.

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

| | | | | | | | |
|--------------|---|-----|-------|-------|-------|--------|-------|
| 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 |



Директор ООО "Бизнес Консалтинг" Кортоножко Е.Ю.

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

День 8

| | | | | | | | |
|---------------------------|--|-----|--------|-------|-------|--------|-------|
| ТК 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 ООО "Медиа-Сервис" *С.И. Мещеряков*

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



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

| День 9 | | | | | | | | | |
|--------------|---------------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|--|--|
| 120/2017м | супл 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 обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11лет (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 для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делта плюс, 2017. - 544с.

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

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