

Согласовано:

С.И. Шенюкова 24

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



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 1

№ 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							
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	8,88	14,57	50,24	369,32	30,00
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
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15
	Итого	660	15,71	17,61	113,73	680,66	90,69
Полдник							
54-3г/2022н	макароны отварные с сыром	150	7,9	6,8	28,6	207,7	17,31
389/2017	соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0	18,46	76,84	13,00
	Итого за полдник	300	8,65	6,8	47,06	284,54	30,31
	Итого за день	960	24,36	24,41	160,79	965,2	121,00

Согласовано:

С.А. Доржиева 8/4



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 2

№ 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							
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
Полдник							
183/2017м	каша молочная гречневая	150	6,75	7,05	25	183,8	10,62
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	3,69
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16,00
	Итого	380	9,36	7,77	51,6	307,12	30,31
	Итого за день	1 020,0	30,5	31,6	139,3	990,6	121,00

Согласовано:

С.В. Шевцова



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет
 День 3

№ 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							
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
Полдник							
192/2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	160	4,04	6,48	56	295,38	14,31
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	16
	Итого	360	5,64	7,58	68,58	362	30,31
	Итого за день	990,0	29,6	27,4	163,4	1016,1	121,0

Согласовано:

Ирина Николаевна



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет
 День 4

№ 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							
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
Полдник							
182/017м	каша молочная пшенная	150	4,22	4,99	12,9	203,6	10,62
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	3,69
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	16,00
	Итого	380	9,7	8,39	44,87	384	30,31
	Итого за день	1020	32,51	29,7	139,41	966,78	121

Согласовано:

Евг. Себекина



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

№ 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								
182/2017м	каша молочная жидкая яичневая, 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	16,00	
	Итого	610,0	22,0	16,1	97,5	626,1	90,69	
Полдник								
182/2017м	каша молочная геркулес	150	6,1	5,6	18,5	144,5	10,62	
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	3,69	
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	16	
	Итого	380	10,01	7,42	47,1	290,92	30,31	
	Итого за день	990,0	32,0	23,5	144,6	917,0	121,0	

Согласовано:





10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет
День 6

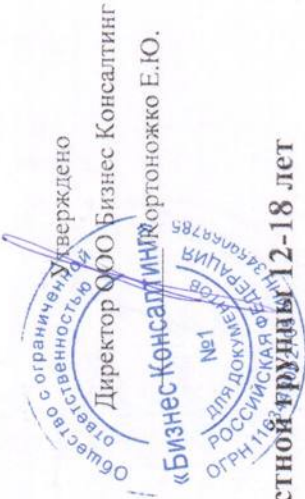
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
47/2017М	капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5,00	8,46	85,70	15
ТТК 77/2/2022н- /332/2017М	биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100//20	11,28	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

Полдник

183/2017М	каша молочная гречневая	150	6,75	7,05	25	183,8	10,62
701/2010М	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	3,69
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16,00
	итого	380	9,36	7,77	51,6	307,12	30,31
	Итого за день	1 020,0	32,5	33,6	136,9	973,0	121,0

Согласовано:

Светлана Ем



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

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
Полдник							
182/2017м	каша молочная пшенная	150	4,22	4,99	12,9	203,6	10,62
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	3,69
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	16,00
	Итого	380	9,7	8,39	44,87	384	30,31
	Итого за день	1040	23,56	24,25	156,69	1027,22	121,00

Согласовано:

С.И. Соболевская

Общество с ограниченной ответственностью «Бизнес Консалтинг»
 директор ООО Бизнес Консалтинг
 торгового ж.к. Е.Ю.



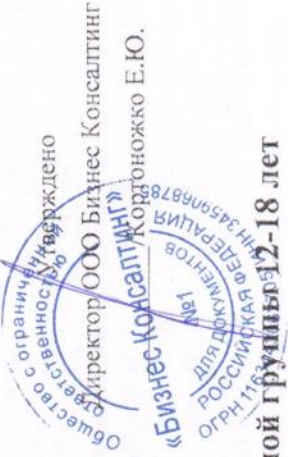
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 8

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	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
Полдник							
54-3г/2022н	макароны отварные с сыром	150	7,9	6,8	28,6	207,7	17,31
389/2017	соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0	18,46	76,84	13,00
	Итого	300	8,65	6,8	47,06	284,54	30,31
	Итого за день	930	31,566	32,4	130,85	965,58	121

Согласовано:

С.А. Сидорова 24



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

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
Полдник							
192/2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	160	4,04	6,48	56	295,38	14,31
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	16
	Итого	360	5,64	7,58	68,58	362	30,31
	Итого за день	1020,0	21,9	25,7	141,1	889,7	121,0



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет
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	12
291/2017м	плов из птицы	250	19,42	11,34	42,18	348,06	57
54-3тн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16
701/2017м	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
Полдник							
182/2017м	каша молочная геркулес	150	6,1	5,6	18,5	144,5	10,62
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	3,69
54-21тн/022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	16,00
	итого	380	13,07	9,92	47,19	326,02	30,31
	Итого за день	980	38	23	137	902	121
	Всего за 10 дней	9 970,00	296,94	275,26	1 450,26	9 613,13	
	Средний суточный рацион	997	29,69	27,53	145,03	961,31	

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М.,