



Согласовано:
директор



Утверждено
«Бизнес-консалтинг»
Мортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал 12-18 лет
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					

Неделя 1/ день 1

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	8,88	14,57	44,06	342,89
399/2017м	блинчики с повидлом	70	6,15	3,68	17,95	129,52
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	660	18,71	19,61	103,55	668,13
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

2 завтрак

П.Т	Сок 0,2	1/200	0,95	0,00	17,29	72,96
П.Т	Печенье топленое молоко	30	4,4	17,0	15,6	117,0
	итого	230	5,30	16,95	32,89	189,96



директор _____



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					
Неделя 1/ день 2						
70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,1	0,2	2,8	22
331/2017м	Котлеты домашние из п/ф с соусом	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62
203/2017м	макароны отварные с маслом	180	6,87	7,28	38,37	246,60
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
54-4гн/2022н	Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	640	20,971	22,69	82,28	622,24
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
2 завтрак						
П.Т	Сок 0,2	1/200	0,95	0,00	17,29	72,96
П.Т	Вафли сладкие грезы	30	4,8	19,9	22,1	149,8
	итого	230	5,75	19,90	39,39	222,76



Согласовано: _____ Утверждено _____
 директор ООО "Бизнес Консалтинг" /Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал 12-18 лет
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					

Неделя 1/ день 3

183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом и сахаром	250	11,00	11,40	44,40	326,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
15/2017м	сыр полутвердый порциями	10	2,3	2,9	0	35,87
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6
	Итого	610,0	21,6	19,4	98,5	660,5
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

2 завтрак

П.Т	Сок 0,2	1/200	0,95	0,00	17,29	72,96
П.Т	Пряник нежный	40	2,4	2,0	30,8	152,0
	Итого	240	3,35	2,00	48,09	224,96



Согласовано:

директор



Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
«Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность	
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	ккал	12-18 лет
1	2						
Неделя 1/ день 4							
70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,9	12	
ТТК 77/1/2022	Котлета рыбная из п/ф с соусом	100/20	12,3	8,9	6,9	156,9	
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	5,52	12,00	47,60	320,48	
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	
	Итого	640	21,9	21,96	88,14	638,1	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
2 завтрак							
П.Т	Сок 0,2	1/200	0,95	0,00	17,29	72,96	
П.Т	Печенье топленое молоко	30	4,4	17,0	15,6	117,0	
	Итого	230	5,30	16,95	32,89	189,96	

Согласовано:

директор _____

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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	

Неделя 1/ день 5

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	10,80	7,98	48,37	308,50
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66
15/2017м	сыр твердых сортов (порция)	10	2,30	2,90	0,00	35,87
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00
54-3гн/2022н	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	620,0	18,5	19,7	95,6	633,9
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

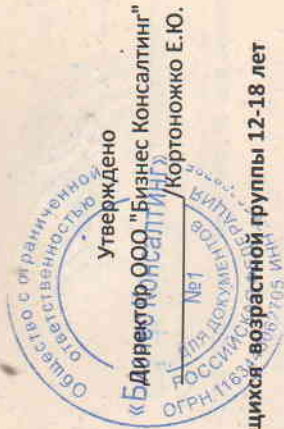
2 завтрак

П.Т	Сок 0,2	1/200	0,95	0,00	17,29	72,96
П.Т	Вафли сладкие грезы	30	4,8	19,9	22,1	149,8
	Итого	230	5,75	19,90	39,39	222,76

Согласовано:
директор _____



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



10-ти дневное меню для обеспечения двукратным питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	

Неделя 2/ день 6

101/2004л	закуска консервированная (икра кабачковая)	80	1,301	1,28	8,21	83,2
ТТК 77/2/2022 - 331/2017м	Котлета куриная из п/ф с соусом	100/20	11,28	12,55	6,70	184,87
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180	6,87	7,28	38,37	246,60
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
	Итого	620	22,731	22,07	85,02	663,39
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

2 завтрак

П.Т	Сок 0,2	1/200	0,95	0,00	17,29	72,96
П.Т	Пряник нежный	40	2,4	2,0	30,8	152,0
	Итого	240	3,35	2,00	48,09	224,96

Согласовано:
 директор _____

Заведующий детским садом
 МКДОУ «Мульга-Товарская»
 Районного центра
 Мульга-Товарская
 Района Волгодонск
 Волгоградской области
 Учреждение
 ИНН 3472281163

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

Общество с ограниченной
 ответственностью
 «Бизнес Консалтинг»
 №1
 ОГРН 50443062705
 для док. №1

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал 12-18 лет
			Б	Ж	У	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Неделя 2/ день 7

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	8,18	12,82	46,87	330,68
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-3гн/2022н	чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	660	18,11	17,86	106,56	657,12
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

2 завтрак

П.Т	Сок 0,2	1/200	0,95	0,00	17,29	72,96
П.Т	Печенье топленое молоко	30	4,4	17,0	15,6	117,0
	Итого	230	5,30	16,95	32,89	189,96



Согласовано: _____
 директор

Утверждено
 «Бизнес Консалтинг»
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 №1 (Кортоножко Е.Ю.)

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Неделя 2/ день 8

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	0,8	6,01	8,26	92,8
ТТК 77/4/2022	Котлеты печеночные из п/ф, с маслом	100/5	11,83	12,97	11,27	209,13
125/2017м	картофель отварной с маслом	180	3,6	0,72	28,44	134,64
701/2017м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
54-4гн/2022н	Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	625	20,91	21,76	81,91	609,59

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
--	-----	---------	-------	------------	---------

2 завтрак

П.Т	Сок 0,2	1/200	0,95	0,00	17,29	72,96
П.Т	Вафли сладкие грезы	30	4,8	19,9	22,1	149,8
	Итого	230	5,75	19,90	39,39	222,76



Согласовано:
директор _____

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



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Неделя 2 / день 9

47/2017м	Капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5	8,46	85,7
ТТК 77/5/ 331/2017м	тефтели "оригинальные" из п/ф запеченные с соусом	100/30	9,25	10,33	11,10	177,70
203/2017м	макароны отварные с маслом	180	6,87	7,28	38,37	246,60
702/2010м	хлеб пеклеваный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
	Итого	650,0	20,6	23,1	97,5	683,0
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76.6-95.75-	544-680

2 завтрак

П.Т	Сок 0,2	1/200	0,95	0,00	17,29	72,96
П.Т	Пряник нежный	40	2,4	2,0	30,8	152,0
	Итого	240	3,35	2,00	48,09	224,96



Согласовано:
директор



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся, возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	

Неделя 2/ день 10

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	80	1,80	0,24	10,56	51,36
291/2017м	плов из птицы	230	19,42	11,34	42,18	348,06
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/107м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00
	Итого	560	25,57	12,78	99,24	613,42
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
П.Т	Сок 0,2	1/200	0,95	0,00	17,29	72,96
П.Т	Печенье топленое молоко	30	4,4	17,0	15,6	117,0
	Итого	230	5,30	16,95	32,89	189,96

	Всего за 10 дней завтрак + 2й завтрак	8 615,00	258,04	312,49	1 332,25	8 552,31
	Средний суточный рацион	861,5	25,80	31,25	133,23	855,23
	Норма завтрака по СанПин 25%- 30% ± 5%	650	22,5-23,63	23-24,15	95,75-100,54	680-714

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

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 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".