

Согласовано:

директор



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. Лапшиной. - 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:

С.А. Морозова
 09.04.25
 ООО "Бизнес Консалтинг"
 102744059
 50-188090505
 33-1500000000
 50-188090505
 33-1500000000
 50-188090505
 33-1500000000

Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Корюножко Е.Ю.
 163443062705 ИНН
 50-188090505
 33-1500000000

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)
 День 1

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 3	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность	
			Б	Ж	У	ккал		
			4	5	6	7		
завтрак								Цена руб.
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев	250	8,88	14,57	50,24	369,32	31,00	
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	5,4	
338/2017м	хлеб пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20	
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	96,40	
Итого								

Согласовано: 

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.


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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность	
			Б	Ж	У		ккал	Цена руб.
1	2	3	4	5	6	7		
завтрак								
101/2004л	консервы закусочные овощные (икра кабачковая)	100	1,3	1,28	8,21	83,2	20	
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	5,4	
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	96,4	

Согласовано:

С.А. Мухоморова
09.01.2025



10-ти дневное меню для обеспечением 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	ккал	7		
			4	5	6				
1	2	3							
завтрак									
47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5,00	8,46	85,70	20		
77-6/331/2022	котлета мясикапустная	100	9,30	6,10	5,90	116,00	39		
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	6,4		
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	96,4		

Согласовано:



С.М.Мерзляк
09.01.2025



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность	
			Б	Ж	У	ккал	7	
			4	5	6			
1	2	3	4	5	6	Цена руб.		
завтрак								
133/2017м	консервы закусочные овощные (кукуруза)	100	2,00	0,33	10,16	52,16	20	
77-1/331/2017м	котлета рыбная с соусом	100	6,73	8,02	5,04	115,30	40	
305/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	10,80	12,00	47,60	266,60	16	
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,4	
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	96,4	

Согласовано:

В.И.Иванова
 18.09.2025
 ООО "Бизнес Консалтинг"
 342 701 001

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Жортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)
 День 5

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	
			Б	Ж	У	ккал	Цена руб.
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	14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	6,4
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	96,4

Согласовано:



С.М.Мерзляк
09.01.2025

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортонойко Е.Ю.



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

День 6

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность	
			Б	Ж	У		ккал	Цена руб.
1	2	3	4	5	6		7	
завтрак								
47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5,00	8,46		85,70	20
ТТК 77/2/2022н- /332/2017М	биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100//20	11,28	12,55	6,70		184,87	41
204/2017м	макаронь 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	5,4
	Итого	640,0	23,13	25,81	85,25		665,89	96,4

Согласовано:

С.А. Мухоморова
09.01.2022г.

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.
09.01.2022г.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)
День 7

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	
			Б	Ж	У	ккал	Цена руб.
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	30
399/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	25
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,4
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
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	96,40

Согласовано:

С.А. Мухоморова
09.01.25

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

10-ти дневное меню для обеспечением 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		
			4	5	6	ккал	
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6	8,26	92,8	20
77-4/332/2017м	котлеты печеночные с соусом сметанным с луком	120	10,83	12,32	7,07	182,48	40
125/2017м	картофель отварной с маслом	180	3,6	1,96	34,12	168,55	16
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	5,4
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15
	Итого	630	18,34	21	75,85	565,95	96,40

Согласовано:

С.И.Иванов
09.01.2025

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Куртоножко Е.Ю.
163443882705 ИНН 50180898785

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

День 9

№ реп. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	
			Б	Ж	У	ккал	Цена руб.
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
2872017м	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
30017м	Мясо порция	10	0,8	7,25	0,13	66	14
70010м	Хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	134,00	6,4
40012м	Помидоры	20	4,66	3,6	12,67	101,72	16
Итого		650,0	16,3	18,1	72,6	527,7	96,4
Полдник							
120/2017м	Салат из капусты моркови с растительным маслом	160	4,04	6,48	56	295,58	14,11
40010м	Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	16
40010м	Ледо	360	5,64	7,58	68,58	362	30,31
Итого за день		1020,0	21,9	25,7	141,1	889,7	126,71

Согласовано:

С.А. Мухоморова
09.01.2023

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Корголова Е.Ю.
Утверждено
№1
РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
1163443063205
БЮЛЕТЕНЬ
для ДОКУМЕНТИРОВАНИЯ
581906068685

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

№ ред. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 3	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Цена руб.
			Б 4	Ж 5	У 6		
1						7	
завтрак							
131/2017м	консервы закусочные овощные	100	1,80	0,24	10,56	51,36	20
291/2017м	(зеленый горошек)	250	19,42	11,34	42,18	348,06	34
54-319/2022м	изюн из плиты	200	0,3	0	10,58	43,52	16
701	чай с сахаром и лимоном	50	1,85	1,20	26,70	133,00	6,4
	хлеб пшеничный	600	25,37	12,78	90,02	575,94	96,4
Итого		637	20,26	19,22	923,81	6 205,78	
завтрак	Всего за 10 дней	6 370,00	202,58	192,24	923,81	6 205,78	
	Средний суточный рацион				92,38	620,58	