

Согласовано:  
директор Ирина Александровна  
Ирина Александровна  
22.04.2017

Согласовано:  
директор Ирина Александровна  
Ирина Александровна  
22.04.2017

Перспективное

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) учащихся с 1-4 класс (7-11 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. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских пищевых 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 2.3/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

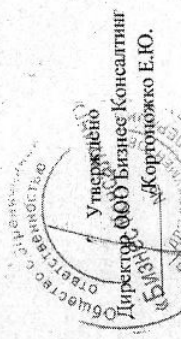
Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПИН 2.3/2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль. В меню включены сезонные овощи и фрукты.

Согласовано:

директор *Ирина Владимировна*



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

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ реп. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/г			Энергет. ценность ккал 7-11 лет	цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет		

Неделя 1 / день 1 Понедельник

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с маслом	200	7,82	10,26	29,40	241,22	30
399/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	5,98	15,60	128,82	20
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	5,36
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,55	66,62	12
	Итого	620	16,92	18,24	91,5	600,56	87,36

Одобрено  
 Ответственный  
 «Бизнес Консалтинг»  
 Коргоножко Е.Ю.  
 Бизнес Консалтинг  
 ОГРН 1160100000000

Согласовано:  
 директор  
 20.10.2022  
 20.10.2022

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/		Энергет. ценность		цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет	
1	Наименование блюда 2						

Неделя 1 / день 2 Вторник

Завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,36	0	2,28	8,4	20
77-3/2022-							
331/2017м	котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20	120	8,32	13,15	7,17	180,62	35
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	15
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	5,36
54-3гн/2022г	чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52	12
	Итого	580	18,33	18,55	76,98	546,24	87,36

Общество с ограниченной ответственностью  
 «Бизнес Консалтинг»  
 директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Коргоножко Е.Ю.

Согласовано: *Ирина Давыдова Е.И.*  
 директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал 7-11 лет	цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет		
1	2						

Неделя 1 / день 3 Среда

Завтрак

183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом и сахаром	200	8,25	8,15	32,08	234,67	30
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	17
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	5,36
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	15
	Итого	560,0	17,5	19,8	83,7	583,2	87,36



Согласовано: *Директор*  
 директор *Директор*  
*25.12.2017*

Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Корноножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ реп. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность		цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет		

Неделя I / день 5 Пятница

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	200	7,30	10,30	34,00	257,90	30
209/2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	22
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	5,36
54-45гн/2022н	чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	10
	Итого	590,0	16,9	15,9	75,4	514,9	87,36

Согласовано:  
 директор *Е.М. Удальцов*  
*С.В. Смирнов*  
 28.12.2013

Общество с ограниченной ответственностью  
 «Бизнес-Консалтинг»  
 директор ООО Бизнес-Консалтинг  
 Коробовко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-14 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	всс блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/			Энергет. ценность		цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет		
1	2							

Неделя 2/ день 6 Понедельник

Завтрак

101/2004л	икра кабачковая консервированная	60	1,63	2,82	8,72	67	20
77-2/2022	котлета куриная из п/ф с соусом 100/20	120	8,68	11,28	6,70	163,04	37
331/2017м	макаронны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	15
203/2017м	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	10
54-2лн/2022н	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	5,36
701/2010 м	Итого	580	19,86	19,5	82,75	586,06	87,36

Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Коргоджо Е.Ю.

Согласовано  
 директор Шер Дамбаев ОН  
 Шер Дамбаев ОН  
 29.12.2023

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность		цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет		

Неделя 2/ день 7 Вторник

Завтрак

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	7,30	9,97	26,88	226,45	30
399/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	5,98	15,60	128,82	20
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	5,36
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
54-Эгн/2022н	чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52	12
	Итого	620	15,1	16,85	87,01	562,69	87,36



Общество с ограниченной ответственностью  
 «Утвержденно»  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Сергеев И.Ю.  
 ОГРН 504000000000000000  
 ИНН 504000000000000000

Согласовано:  
 директор  
 [Подпись]  
 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

Наименование блюд  
 2

№ реп. по сбор.	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена руб
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал	7-11 лет	

**Неделя 2/ день 8 Среда**

**Завтрак**

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68	20
77-4/2022	котлеты печеночные из п./ф. с маслом	100	12,83	12,97	10,27	209,13	34
125/2017м	картофель отварной	150	3	0,6	23,7	112,2	16
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	5,36
54-4н/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	14,58	74,62	12
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>22,26</b>	<b>18,77</b>	<b>77,66</b>	<b>568,53</b>	<b>87,36</b>

Утверждено  
 «Бизнесплан» ООО Блисс Консалтинг  
 Кортгожко Е.Ю.  
 08443062703

КАМЧАТКА  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
 ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОДА ПАЛОУДА  
 МКОУ  
 «МКОУ «Медицина»

Согласовано:  
 директор *М.В. Мельникова*  
*Сред. Орлова В.В.*  
 19.12.2023

10-ти дневное меню для обеспечения торговых обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/			Энергет. ценность		цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет		
1	2							

**Неделя 2/ день 9 Четверг**

**Завтрак**

54-19к/2022н	суп молочный с макаронными изделиями	250	6,87	5,67	22,32	167,77	31
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	15
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	5,36
382/2017м	какао с молоком	200	4,07	2,5	17,56	109	16
	<b>Итого</b>	<b>610</b>	<b>16,1</b>	<b>16,3</b>	<b>74,0</b>	<b>506,7</b>	<b>87,36</b>

Согласовано:

директор *М.В. Филова*  
*Филова М.В.*  
 29.12.2023.

Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 /Коргоножко Е.Ю.  
 «Бизнес Консалтинг»  
 №1  
 ДЛЯ ДОКУМЕНТА  
 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
 ОГРН 1163443062705

10-ти дневное меню, для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по возрастной группе 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал 7-11 лет	цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет		

Неделя 2/ день 10 Пятница

Завтрак

131/2017м	консервы закусочные (Зеленый горошек) отварной	60	1,7	0,1	3,5	22,1	20
265/2017м	плов с мясом	200	13,54	14,70	25,20	287,26	46
54-1хИ/2022н	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	16
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	5,36
	Итого	510	19,69	15,30	72,65	507,26	87,36
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Всего за 10 дней	5 810,00	182,25	174,60	801,73	5 512,69	
	Среднее показание за завтрак	581	18,23	17,46	80,17	551,27	
	Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в %		23,67	22,10	23,93	23,46	

Подтвердить в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020

Распределение ЭЦ

		77,00	79,00	335,00	2350,00
	Завтрак		23,46	Норма 20-25%	