



Утверждено
 ООО "Бизнес Консалтинг"
 Коргоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рсц. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г		Энергет. ценность		тамины (мг)		
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет
1	2										

Вариант 1
Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г.-544с. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Де-Лин Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

В.А

182/2017м	кеша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	30,00	200	250	7,10	8,88	11,66	14,57	40,25	50,24	295,45	369,32	1,17	1,46
374/2017м	блинчики с повидлом	20,00	70	70	3,15	3,15	1,68	1,68	18,95	18,95	104,62	104,62	0,03	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	5,51	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	23	200	200	0,80	0,80	0,80	0,80	19,60	19,60	94,00	94,00	20,00	20,00
376/2017м	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	93,51	690	750	12,66	15,21	14,64	17,79	104,48	119,81	607,27	707,74	21,5	21,79

Норма завтрака по СанПиН 2090-2300 = 50%	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,25	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	511-680
	500	550	500	550				

Согласовано:

Директор

В. И. Егорова

01.09.2008



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

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ ред. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность				
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2													

Вариант 2

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544стр; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутти И.М., Тутельман

Завтрак

№ ред. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность				
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
707/1/2017м	овощи по сезону (помидор свежий; соленый)	20	100	60	100	0,36	0,6	0	2,28	3,8	8,4	14	2,45	4,9
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	35	100/20	100/20	100/20	13,51	13,51	8,91	9,74	9,74	198,00	198,00	0,00	0,00
203/2017м	макароны отварные с маслом	18	150	180	180	5,73	6,87	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,51	30	30	30	2,31	2,31	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
378/2017м	чай с молоком	15	200	200	200	1,52	1,52	1,35	15,9	15,9	81	81	1,33	1,33
	Итого	93,51	560	560	630	23,43	24,81	17,05	75,92	83,83	572,70	619,40	3,78	6,23
	Норма завтрака по СанПиН 209-08-23% ± 5%		300	300	350	15,4-19,25	18-22,5	13,8-19,75	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

В.А



Согласовано: *М. В. Бирва* 01.09.2017г.
 Директор
 Утверждено: *М. В. Бирва*
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 /Кор-оножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность		тамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	с

Вариант 3

Завтрак
 Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы	35	200	250	8.25	11.00	8.55	11.40	33.11	44.40	244.50	326.00	0.42	0.48
338/2017м	фрукт свежий (апельсин)	25	200	200	1.80	1.80	0.40	0.40	16.20	16.20	86.00	86.00	10.00	10.00
14/2017м	масло порциями	12	10	10	0.8	0.8	7.25	7.25	0.13	0.13	66	66	0.04	0.04
701/2010м	хлеб пшеничный	5.51	20	30	1.54	2.31	0.48	0.72	10.68	16.02	53.20	79.80	0.00	0.00
382/2017м	какао с молоком	16	200	200	4.08	4.08	3.54	3.54	17.58	17.58	118.6	118.6	0.3	0.3
	Итого	93.51	630.0	690.0	16.5	20.0	20.2	23.3	77.7	94.3	568.3	676.4	7.9	7.9
Норма завтрака по СанПиН 209-159-15 5%			500	550	15.4-19.25	18-22.5	15.8-19.75	18-23	67-83.75	76.6-95.75	470-587.3	544-680		



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



Согласовано:
Директор

Е.Ю. Коргоножко
01.09.2017

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ ред. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес олода		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		белки (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет

Вариант 4

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Де.Ли Принт, 2008.-276с. Скурutti И.М., Тутельман

Завтрак

№ ред. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес олода		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		белки (мг)		
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
70/71/2017м	овоца по сезону (огурец свежий; соленый)	20	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	12	2,45	4,9
234/331/2017м	котлета рыбная с соусом	35	100/20	100/20	10,32	10,32	8,40	8,40	14,41	14,41	174,00	174,00	0,34
305/2017м	рис припущенный	18	150	180	3,60	4,32	9,00	10,80	35,70	42,84	199,95	239,94	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,51	30	40	2,31	3,08	0,72	0,96	16,02	21,36	79,80	106,40	0,00
376/2017м	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3
	Итого	93,51	560	640	16,78	18,59	18,2	20,28	82,27	95,51	520,95	592,34	3,09
	Норма завтрака по СанПин 20% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	6-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	

В.А



Согласовано:

Директор

О.И. Ш. Емелова

01.09.2012



Утверждено

«Бизнес Консалтинг»

№1 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность		Жиры (г)	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Вариант 5

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.: Де Ли Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	30	200	250	6,64	8,30	3,39	4,24	44,70	55,88	295,45	369,32	1,17	1,17
209/2017м	йогурт вареное	15	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00	0,00	0,00
338/2017м	фрукт: свежий (Банан)	27	200	200	2,25	2,25	1,00	1,00	21,00	21,00	144,00	144,00	10,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,51	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	93,51	660,0	720,0	15,6	18,1	9,5	10,6	91,9	108,4	617,7	718,1	11,5	11,5

Норма завтрака на человека	500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
----------------------------	-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------



Утверждено
«Бизнес Консалтинг»
/Коргоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал		Тяжесть (кг)	
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Ж	Б	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	

Вариант б

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г. 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

Завтрак

Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.-640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

В.А

101/2004л	икра кабачковая консервированная	20	60	100	0.976	1.626	0.96	1.6	6.16	10.262	62.4	104	0	0
295/332/2017М	Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком.	35	100/20	100/20	10.18	10.18	11.33	11.33	7.07	7.07	147.85	147.85	1.5	1.5
203/2017м	макаронны отварные с маслом	18	150	180	5.73	6.87	6.07	7.28	31.98	38.37	205.50	246.60	0.00	0.00
376/2017м	чай с сахаром	15	200	200	0.07	0.07	0.02	0.02	15	15	60	60	0.3	0.3
701/2010м	хлеб пшеничный.п	5.51	30	40	2.31	3.08	0.72	0.96	16.02	21.36	79.80	106.40	0.00	0.00
	Итого	93.51	560	640	19.266	21.826	19.1	21.19	76.23	92.062	555.55	664.85	1.8	1.8
	Норма-энергетическая Сметлин 20%± 25%± 5%		500	550	15.4+19.25	18-22.5	15.8+19.75	18-23	67-83.75	76.6-95.75	470-587.5	544-680		



Согласовано
Директор

01.09.2022



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

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Тяжины (кг)		
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	2															

Вариант 7

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

Завтрак

Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

В.А

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	30,00	200	250	5,55	6,93	9,74	12,82	38,50	48,13	264,55	330,68	1,17	1,46
374/2017м	блинчики с повидлом	20,00	70	70	3,15	3,15	1,68	1,68	18,95	18,95	104,62	104,62	0,03	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	5,51	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
338/2017м	фрукт свежий (апельсин)	25	200	200	1,80	1,80	0,40	0,40	16,20	16,20	86,00	86,00	10,00	10,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	96,51	690	750	12,17	14,32	12,32	15,64	99,53	114,5	570,37	663,1	11,5	11,79
Норма завтрака по СанПиН 2017г - 25% = 5%			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Согласовано
 Директор
01.09.2017



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

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность				
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2													

Вариант 8

Сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г-544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.-640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

Завтрак

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
282/332/2017м	оладьи из печени с морковью из соусом сметанным с луком	35,00	100/20	100/20	15,56	10,33	0,6	0,72	17,66	226,33	226,33	7,64	7,64
310/2017м	картофель отварной	18	150	180	3,6	0,72	0,6	0,72	23,7	112,2	134,64	21,75	21,75
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	20	60	100	0,84	3,6	1,4	6,01	4,96	55,68	92,8	3,99	6,65
701/2017м	хлеб пшеничный	5,51	30	40	2,31	0,96	3,08	0,96	16,02	79,80	106,40	0,00	0,00
378/2017м	чай с молоком	15	200	200	1,52	1,35	1,52	1,35	15,9	81	81	1,33	1,33
	Итого	93,51	560	640	23,23	16,6	25,16	19,37	78,24	555,01	641,17	34,71	37,37
	Норма завтрака по СанПиН 209%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	15,8-19,75	18-22,5	18-23	67-83,75	470-587,5	76,6-95,75	54,4-68,0	

В.А



Утверждено
 «Бизнес Консалтинг»
 Исполнитель: /Коргоножко Е.Ю.

Согласовано
 Директор
 01.09.2017г.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		таминны (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Ж	Б	У	с	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2											

Вариан 9
Завтрак

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

Под редакцией В.Т. Лапиной.- М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.- М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

№ рец.	Наименование изделия	Цена руб	вес блюда		Ж	Б	У	с	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
			7-11 лет	12-18 лет												
120/2017м	суп молочный с макаронными изделиями	30	250	300	5.47	6.56	4.75	5.69	17.95	23.25	150.00	180.00	0.11	0.11		
338/2017м	фрукт свежий (Банан)	27	200	200	2.25	2.25	1.00	1.00	21.00	21.00	144.00	144.00	10.00	10.00		
14/2017м	масло поршыми	15	10	10	0.8	0.8	7.25	7.25	0.13	0.13	66	66	0.04	0.04		
701/2010м	хлеб пшеничный	5.51	50	50	3.85	3.85	1.20	1.20	26.70	26.70	133.00	133.00	0.00	0.00		
382/2017м	какао с молоком	16	200	200	4.08	4.08	3.54	3.54	17.58	17.58	118.6	118.6	0.3	0.3		
	Итого	93.51	710	760	16.5	17.5	17.7	18.7	83.4	88.7	611.6	641.6	7.9	7.9		
Норма завтрака по СанПиН 209 от 25.04.98			500	550	15.4-19.25	18-22.5	15.8-19.75	18-23	67-83.75	76.6-95.75	470-587.5	544-680				



Согласовано:
 Директор *В.А. Бельман*
 01.09.2017



Утверждено
 Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12- 18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб		вес блока		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		Темпны (мг)	
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2												

Завтрак

Вариант 10
 Сборник рецептов под редакцией М.И. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г- 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	22	60	100	1.35	2.25	0.18	0.30	7.92	13.20	38.52	64.20	0.63	1.05
291/2017м	плов из птицы	50	200	230	16.89	19.42	9.86	11.34	34.09	29.20	302.66	348.06	4.50	5.17
349/2017м	компот из сухофруктов	16	200	200	0.66	0.66	0.09	0.09	32.03	32.03	132.8	132.8	0.3	0.3
701/107м	хлеб пшеничный	5.51	50	50	3.85	3.85	1.20	1.20	26.70	26.70	133.00	133.00	0.00	0.00
	Итого	93.51	510	580	22.75	26.18	11.33	12.93	100.74	101.13	606.98	678.06	5.43	6.52
	Норма завтрака по СанПиН 20% ± 5%		500	530	15.4-19.25	18.22.5	15.8-19.75	18.23	67.83.75	76.6-95.75	470-587.5	544-680		
	Всего за 10 дней		5 620.00	6 240.00	166.48	188.24	142.49	162.89	804.55	918.75	5 293.38	6 079.78	101.52	110.75
	Средний суточный рацион		562	624	16.65	18.82	14.25	16.29	80.46	91.88	529.34	607.98	10.15	11.08

Норма завтрака по СанПиН 20% ± 5%

500 530 15.4-19.25 18.22.5 15.8-19.75 18.23 67.83.75 76.6-95.75 470-587.5 544-680