



СОГЛАСОВАНО:

И.о. директора МКОУ "Землеватская СШ"
И.Ю. Ширкина Д.О.

Перспективное

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы 5-11 классов (горячий завтрак +
Завтрак)**

Меню составлено на основании:

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

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией М.П Могильного и В.А. Тутельмана. --М.: ДеЛи плюс ,2017г. -544с

Сборник рецептур 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

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

СОГЛАСОВАНО:

И.о. директора МКОУ «Земельная СМ»
Ильин Д.О.

1 неделя

1 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
				4	5	6	
1	2		3				7
Завтрак							
54-167/2022н	Каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшеничной крупы	36	250	7,5	13,97	30,13	276,27
396/2017м	блинчики (оладьи) с молоком сгущенным	27	70	5,08	4,78	19,29	140,50
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	9,80	47,00
382/2017м	какао с молоком	22	200	4,08	3,54	17,58	118,6
701/2010м	хлеб пшеничный	5	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Итого	105	650	19,43	22,99	91,29	652,51
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
2й-Завтрак							
389/2017м	Сок фруктовый	15	150	0,075	0	15,15	63,6
	Итого за завтрак и второй завтрак	120					

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»

СОГЛАСОВАНО:

Ис. директора ООО, Зензубатская СИ
Ирина Д.В.

1 неделя		2 день					
№ рец. №1 по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	25	100	1,12	0,2	3,6	22
77/1/2022	Котлета рыбная из п./ф. высокой степени готовности с соусом	40	100/20	12,3	8,9	6,9	156,9
54-3сс/2022н		19	150	3,03	5,94	20,98	157,50
125/2017М	картофель отварной с маслом	5	30	2,37	0,3	14,49	70,14
701/2010м	хлеб пшеничный	16	200	0,66	0,09	32,03	132,8
349/2017м	компот из сухофруктов	105	480	19,48	15,43	78,00	539,34
	Итого						
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
2й-Завтрак							
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого за завтрак и второй завтрак		120				

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.



СОГЛАСОВАНО:

И.о. заместителя Директора Замедовская С.И.
Шурина Д.О.

3 день

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	25	100	1,12	0,2	3,6	22
295/332/2017М	биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	45	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85
203/2017м	макаронны отварные с маслом	15	150	5,40	4,90	32,80	196,80
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м	хлеб пшеничный	5	50	3,95	0,5	24,15	116,90
	Итого	105	620	20,78	16,95	82,82	545,55
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
2й-Завтрак							
п.т	кисломолочный продукт	15	150	4,50	3,70	6,00	75,75
	Итого за завтрак и второй завтрак		120				

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.



СОГЛАСОВАНО:

М.А. Филиппова ООО, Закупочная СМ
Шульман Д.О.



1 неделя				4 день			
№ реп. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	38	250	9,06	12,82	38,12	291,67
209/2017м	Яйцо вареное вкрутую	25	40	5,08	4,60	0,28	63,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5	30	2,37	0,3	14,49	70,14
376/2017м	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60
	Итого	105	550	16,98	18,14	77,69	531,81
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
2й-Завтрак							
389/2017м	Сок фруктовый	15	150	0,075	0	15,15	63,6
	Итого за завтрак и второй завтрак	120					

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Кортоновко Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»

3 июля

СОГЛАСОВАНО:

От директора ООО «Защитная СМ»
Иван Ширин Д.В.

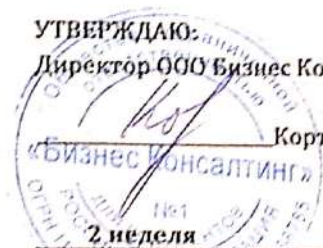
5 день

№ п/п по плану	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Планируемое количество (шт)			Закрыт примеч.
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
7071/2017м	овощи в маринаде по сезону (помидор)	25	100	1,12	0,7	1,6	22
240/2017м	гуляш из отварного мяса	40	100	9,29	11,20	1,62	142,68
171/2017м	каши гречневая рассыпчатая с маслом	15	180	9,95	7,56	11,20	280,66
701/2010м	клуб пышничкой	5	50	1,95	0,5	18,15	110,80
389/2017м	Сок фруктовый	20	200	1	0	18,62	180,68
	Итого	105	630	25,31	19,46	99,20	708,58
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	70,6-95,7%	508-680
2й завтрак							
4.7	молоко	25	150	4,40	1,80	7,20	83,00
	Итого за завтрак и второй завтрак		120				

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.



СОГЛАСОВАНО:

И.О. директора ООО Зеленовская Ш
Шура Ширяя Д.О.

6 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
183/2017м	Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	36	250	11,31	14,2	39,12	329,52
п.т	сдобное изделие сладкое	27	45	7,20	2,90	15,20	171,20
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,20	47,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	5	60	4,74	0,6	22,98	140,28
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	105	655	23,8	24,1	108,9	750,6
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
2й-Завтрак							
п.т	кисломолочный продукт	15	150	4,50	3,70	6,00	75,75
	Итого за завтрак и второй завтрак		120				

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.



СОГЛАСОВАНО:

И.о. директора ООО "Земельская АС"
И.Ю. Ширин Д.О.

№ рец. по сбор.		Наименование блюд	Цена руб.	Выход	7 день			Энергет. ценность
					Пищевые вещества/г/			
1		2		3	Б 4	Ж 5	У 6	7
					Завтрак			
					1,12	0,2	3,6	22
70/71/2017м		овощи в нарезке по сезону (помидор)	24	100	8,32	13,15	7,17	180,62
77/3/2022-331/2017м		Котлеты домашние из п/ф высокой степени готовности с соусом	45	100/20	5,40	4,90	32,80	196,80
203/2017м		макаронны отварные с маслом	15	150	0,66	0,09	32,03	132,8
349/2017м		компот из сухофруктов	16	200	2,37	0,3	14,49	70,14
701/2010м		хлеб пшеничный	5	30	17,87	18,64	90,09	602,36
		Итого	105	480	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	2й-Завтрак			
			15	100	0,40	0,40	9,80	47,00
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)						
		Итого за завтрак и второй завтрак		120				

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.



СОГЛАСОВАНО:

И.О. директора ООО, Заведующая СМ
И.Ю. Ширинина В.О.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	8 день			Энергет. ценность
				Пищевые вещества/г/			
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	25	100	0,8	0,1	1,7	10
77/6/2022	Котлеты мяскапустные из п./ф. высокой степени готовности	40	100	9,93	12,66	5,76	176,70
54-21г/2022н	горошница	20	180	6,39	7,59	34,32	223,15
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м	хлеб пшеничный	5	50	3,95	0,5	24,15	116,90
	Итого	105	630	21,20	20,87	81,13	588,75
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
2й-Завтрак							
п.т	кисломолочный продукт	15	150	4,50	3,70	6,00	75,75
	Итого за завтрак и второй завтрак		120				

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.



СОГЛАСОВАНО:

И.О. директора ООО «Земельная СИ»
И.О. Ширкина Д.О.



9 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд.	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	25	100	2,25	1,97	13,20	64,20
295/332/2017м	биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	45	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая с маслом	15	180	9,95	7,56	43,20	280,44
376/2017м	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60
701/2010м	хлеб пшеничный	5	50	3,95	0,5	24,15	116,90
	Итого	105	650	26,400	21,380	102,620	669,39
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
2й-Завтрак							
389/2017м	Сок фруктовый	15	150	0,075	0	15,15	63,6
	Итого за завтрак и второй завтрак		120				

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.



СОГЛАСОВАНО:

И.о. директора МКУ «Зензиловская СМ»
Ширкина Д.О.

2 неделя №1

10 день

№ рейс. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
67/2017	винегрет овощной	25	100	1,30	4,50	7,70	76,00
77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с маслом	41	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
125/2017М	картофель отварной с маслом	19	150	3,03	5,94	20,98	157,50
701/2010м	хлеб пшеничный	5	50	3,95	0,5	24,15	116,90
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	105	605	21,24	23,93	78,30	621,53
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
2й Завтрак							
п.т	молоко	15	150	4,40	3,80	7,20	81,00
	Итого за завтрак и второй завтрак		120				

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

1	ИТОГО	Выход в гр	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
2		3	4	5	6	7
ЗАВТРАК	Итого за весь период	5950	212,470	201,910	890,040	6210,14
	Среднее значение за период	595	21,247	20,191	89,004	621,014
2й ЗАВТРАК	Итого за весь период	1400	23	20	97	674
	Среднее значение за период	140	2,3325	1,95	9,745	67,405

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Сборник технических нормативов. ФГФУ НИЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.