



Согласовано

Директор

ШКОЛ "Зенковская СПС"

ФИО Д.О. Ширин

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.



Перспективное

Перспективное

Перспективное

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов (завтрак)

Меню составлено на основании:

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 редакцией М.П Могильного и В.А. Тутельмана. --М.: Дели плю -544с

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На Федерального бюджетного учреждения науки " Новосибирский научно- исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275

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



Согласовано:

Директор

ИКОУ "Светлая Алл"
ФИО Д.Д. Влищин



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

"Бизнес Консалтинг"

/Кортопожко Е.Ю.

1 неделя		понедельник		1 день			Энергет. ценность	Цена руб.
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/					
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7		
Завтрак								
54-167/2022н	каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы	200	6	11,18	24,1	221,1	36,00	
399/2017м	блинчики (оладьи) с молоком сгущенным	70	5,08	4,78	19,29	140,50	27,00	
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	15,00	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	22,00	
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	5,00	
	Итого	600	17,93	20,20	85,26	597,34	105,00	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

Согласовано:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 (Кортюжко Е.Ю.)
 1 неделя
 вторник

Утверждено:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 (Кортюжко Е.Ю.)

№ рецептурного сбор.	Наименование блюд	Выход	2 день			Энергет. ценность	Цена руб.
			Пищевые вещества/г/				
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
47/2017 м	капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	52,5	25,00
77-1/2022/54-Зсс/2022н	котлета рыбная из п./ф. с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	40,00
171/2017М	каша рисовая рассыпчатая	150	3,70	4,80	36,50	203,50	19
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	5,00
349/2017м	компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8	16,00
	Итого	560	20,1	17,1	95,0	615,8	105,00
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

Директор

Ирина Семеновна СШ
 фио *Д.О. Шуркина*

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

«Бизнес Консалтинг»
 Короткожко Е.Ю.

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	60	0,67	0,12	2,16	13,2	25,00
77-2/2022/ 332/2017м	биточки , котлеты куриные из п.ф с соусом 100/20	120	10,18	11,33	7,07	147,85	45,00
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	15,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	15,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	5,00
	Итого	560	18,8	16,7	71,7	490,0	105,00
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

Директор

МКОУ "Библиотека им. Ш. Ширин"
ФИО *Д.Д. Ширин*



1 неделя

четверг

4 день

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

Утверждено

Бизнес Консалтинг

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет.	Цена руб.
			Б	Ж	У	ценность	
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
183/2017м	каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	200	9,05	11,36	31,3	263,64	40,00
209/2017м	Яйцо вареное вкрутую	40	5,08	4,60	0,28	63,00	23,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	22,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	5,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	15,00
	Итого	570	16,97	16,68	70,87	503,78	105,00
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

Директор

Зензватская С.И.
ф.и.о. Д.О. Ширин

Утверждено

Директор ООО «Бизнес-Клининг»

/Кортоножко Е.Ю.

№ рецепта	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	

Завтрак							
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	60	0,66	0,12	2,16	13,2	25
246/2017м	гуляш из отварного мяса	90	8,36	10,08	3,27	137,24	40
171/2017м	каша пшеничная с маслом	150	5,93	4,03	35,91	203,46	15
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	5
389/2017М	сок фруктовый	200	1	0	24,62	136,48	20
	Итого	550	19,90	14,73	90,11	607,28	105,00
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано

Директор

И.О.У. "Защитная СИ"
Ф.И.О. Д.О. Ширкина

2 неделя

понедельник

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

6 день

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,25	10,26	30,50	233,34	36,00
П.Т	сдобное изделие сладкое	45	7,20	8,90	15,80	171,80	27,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	22,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	5,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	15,00
	Итого	585	18,1	20,0	90,6	607,7	105,00
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано

Директор

Заведующая ШМ
ФИО Д.О. Ширкина

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

Бизнес Консалтинг

2 неделя		вторник		7 день				№1	
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет.	Цена руб.		
			Б	Ж	У	ценность			
по сбор.			4	5	6	7			
1	2	3							
Завтрак									
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	60	0,66	0,12	2,16	13,2	24,00		
77/3/2022-331/2017м	котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20	120	8,32	13,15	7,17	180,62	45,00		
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	15,00		
349/2017м	компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8	16,00		
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	5,00		
	Итого	560	17,41	18,56	88,65	593,56	105,00		
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5			

Согласовано:

Директор

Сенютина С.И.
ФИО *Д.О. Влирина*

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

2 неделя

среда

8 день

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
по сбор.							
1	2	3	4	5	6	7	

Завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	25,00
77/6/2022	котлеты мясopaпустные из п./ф.	100	9,93	12,66	5,76	176,70	40,00
54-21г/2022н	горошница	150	5,33	6,33	28,6	192,69	20,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	15,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	5,00
	Итого	560	19,72	20,27	77,28	570,39	105,00
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

Директор

Живатская С.В.
ФИО Д.В. Ширкина

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

четверг			9 день			Энергет. ценность	Цена руб.
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				
			Б	Ж	У		
по сбор.							
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,35	0,18	7,92	38,52	25,00
77-2/2022/ 332/2017м	биточки , котлеты куриные из п.ф с соусом	120	10,18	11,33	7,07	147,85	45,00
	100/20						
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,30	6,30	36,00	233,70	15,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	15,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	5,00
	Итого	560	22,270	18,130	80,480	550,21	105,00
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:

Директор



ФИО

2 неделя

пятница

10 день

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
67/2017	винегрет овощной	60	0,78	2,70	4,62	45,60	25,00
77/4/2022	котлеты печеночные из п./ф. с маслом	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13	41,00
171/2017М	каша рисовая рассыпчатая	150	3,70	4,80	36,50	203,50	19,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	5,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	15,00
	Итого	565	21,39	20,99	90,74	637,13	105,00
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	