



Согласовано:

Директор

И.И.О.У. Звездатское ССЗ
ФИО Д.О. Чиркина

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

Перспективное

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

Меню составлено на основании:

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.:

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

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе

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

Согласовано:

Директор

И.О.У. Заведующая СШ №1
ФИО Д.В. Шириня

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Бизнес Консалтинг
Кортопожко Е.Ю.

1 неделя

понедельник

1 день

№ рецепта по сбору	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
54-16к/2022н	каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы	36	250	7,5	13,97	30,13	276,27
399/2017м	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
полдник							
192/2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	10	150	5,08	10,9	68,25	391,42
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					

Согласовано:

Директор

ИКОУ "Сенцевская СМ"

ФИО Д.О. Ширкина

1 неделя

вторник

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

2 день

№ рец. по сбору	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
47/2017 м	капуста квашеная	25	100	1,7	5	8,45	87,5
77-1/2022 /54-3сс/2022н	котлета рыбная из п./ф. с соусом	40	100/20	12,3	8,9	6,9	156,9
171/2017М	каша рисовая рассыпчатая	19,00	150	3,70	4,80	36,50	203,50
701/2010м	хлеб пшеничный	5	30	2,37	0,3	14,49	70,14
349/2017м	компот из сухофруктов	16	200	0,66	0,09	32,03	132,8
	Итого	105	600	20,73	19,09	98,37	650,84
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
полдник							
182/2017м	каша молочная пшенная	9	150	4,22	4,99	12,9	203,6
701/2010м	хлеб пшеничный	1	20	20	1,58	1,58	0,2
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					

Согласовано:

Директор

И.И. Сидорова
ФИО И.И. Сидорова

Утверждено:

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

1 неделя

среда

3 день

№ рецепта по спорту	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
77-2/2022/332/2017м	биточки, котлеты куриные из п.ф высокой степени готовности с соусом	45	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85
203/2017м	макароны 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
полдник							
401/2017	оладьи с сахаром и маслом	10	155	9	9,2	36,8	242
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					

Согласовано:

Директор ООО "Сенсация Сал"
 ФИО Д.В. Шерина



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.



1 неделя		четверг		4 день			Энергет. ценность
№ рец. по сборнику	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
183/2017м	каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	38	250	11,31	14,2	39,12	329,52
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	620	19,23	19,52	78,69	569,66
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
полдник							
58-12/2010м	макароны отварные с сахаром	10	150	5,27	11,66	42,6	296,42
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					

Согласовано

Директор

И.И. Сидоркина
ФИО *И.И. Сидоркина*

1 неделя

пятница

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

5 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 (помидор)	25	100	1,12	0,2	3,6	22
246/2017м	гуляш из отварного мяса	40	100	9,29	11,20	3,63	152,48
171/2017м	каша пшеничная с маслом	15	180	7,16	4,84	42,98	244,12
701/2010м	хлеб пшеничный	5	50	3,95	0,5	24,15	116,90
389/2017М	Сок фруктовый	20	200	1	0	24,62	136,48
	Итого	105	630	22,52	16,74	98,98	671,98
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
полдник							
192/2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	10	150	5,08	10,9	68,25	391,42
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					

Согласовано

Директор

«Зенитская СМ»
 ФИО Д.О. Ширин

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

2 неделя

понедельник

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
6 день							
Завтрак							
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	36	250	9,06	12,82	38,12	291,67
П.Т	сдобное изделие сладкое	27	45	7,20	8,90	15,80	171,80
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	5	40	3,16	0,4	19,32	93,52
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	105	635	20,0	22,5	98,2	666,0
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
полдник							
401/2004	оладьи с сахаром и маслом	10	155	9	9,2	36,8	242
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					

Согласовано

Директор

Директор ООО "Земельная Служба"
 ФИО: Д.О. Ширкина

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

«Бизнес Консалтинг»
 /Кортоножко Е.Ю.

2 неделя

вторник

7 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 (помидор)	24	100	1,12	0,2	3,6	22
77-3/2022-331/2017м	котлеты домашние из п/ф с соусом	45	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62
203/2017м	макароны отварные с маслом	15	150	5,40	4,90	32,80	196,80
349/2017м	компот из сухофруктов	16	200	0,66	0,09	32,03	132,8
701/2010м	хлеб пшеничный	5	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Итого	105	600	17,87	18,64	90,09	602,36
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

полдник

182/2017м	каша молочная пшенная	9	150	4,22	4,99	12,9	203,6
701/2010м	хлеб пшеничный	1	20	20	1,58	1,58	0,2
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					

Согласовано

Директор

И.И. Ширин
фио Д.В. Ширин

2 неделя

среда

№ 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 по сезону натуральные в нарезке (огурец)	25	100	0,8	0,1	1,7	10
77-6/2022	котлеты мясopaпустные из п./ф.	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

полдник

58-12/2010м	макароны отварные с сахаром	10	150	5,27	11,66	42,6	296,42
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

8 день

Согласовано

Директор

ФИО

Ф.О. Шулкина

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

2 неделя

четверг

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
77-2/2022/ 332/2017м	биточки , котлеты куриные из п.ф с соусом	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
полдник							
192/2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	10	150	5,08	10,9	68,25	391,42
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					

Согласовано:

Директор

И.И. Ширин
ФИО *И.И. Ширин*

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

2 неделя

пятница

10 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							
67/2017	винегрет овощной	25	100	1,30	4,50	7,70	76,00
77-4/2022	котлеты печеночные из п./ф. с маслом	41	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
171/2017М	каша рисовая рассыпчатая	19,00	150	3,70	4,80	36,50	203,50
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	21,91	22,79	93,82	667,53
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
полдник							
401/2004	оладьи с сахаром и маслом	10	155	9	9,2	36,8	242
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					