

Согласовано: _____
Директор _____



Утверждаю:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Е.Ю. Кортоножко



**Перспективное
10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся в муниципальных образовательных организациях возрастной группы 12-18**

лет

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. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских 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".



Согласовано:

Директор _____

/фир



Утверждаю:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Е.Ю. Кортонюк

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 1/ день 1

обед						
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/		Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	
54-1с/2022н	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и птицей	14	200/10/10	3,13	6,77	105,25
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	10	200	0,2	0	42,38
П.Т	Печенье топленое молоко	5	25	5,2	6	124
701/2010 м	хлеб пшеничный	3	20	1,58	0,2	46,76
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	20	1,12	0,22	45,86
	Итого	35,00	485	11,23	13,19	364,25

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 1/ день 2

обед						
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/		Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	
54-7с/2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	14	200/10	5,10	5,78	146,42
54-3гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном	10	200	0,30	0,00	43,52
П.Т	Вафли с фруктовой начинкой	5	25	1,80	4,29	131,13
701/2010 м	хлеб пшеничный	3	20	1,58	0,20	46,76
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	20	1,12	0,22	45,86
	Итого	35,00	475	9,90	10,49	413,69



Согласовано:
Директор _____

Утверждаю:
Директор ООО «Бизнес Консалтинг» _____



Е.Ю. Кортоножко

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2						
Неделя 1/ день 5							

обед							
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
53-3с/2022н	Расольник ленинградский (перловка) на курином бульоне со сметаной	14	200/10/5	4,74	5,80	13,62	125,52
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	10	200	0,50	0,00	19,80	81,20
П.Т	Вафли с фруктовой начинкой	5	25	1,80	4,29	21,33	131,13
701/2010 м	хлеб пшеничный	3	20	1,58	0,20	9,66	46,76
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	20	1,12	0,22	9,88	45,86
	Итого	35	480	9,74	10,51	74,29	430,47

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2						
Неделя 2/ день 6							

обед							
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
54-25с/2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)с птицей	14	200/10	7,39	4,90	13,89	131,72
54-2гн/2022н	чай с сахаром	10	200	0,20	0,00	10,38	42,38
П.Т	Пряник	5	30	2,40	5,73	28,44	145,33
701/2010 м	хлеб пшеничный	3	20	1,58	0,20	9,66	46,76
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	20	1,12	0,22	9,88	45,86
	Итого	35,00	480	12,69	11,05	72,25	412,05

Согласовано:

Директор

Утверждаю:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Е.Ю. Кортоножко



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 2/ день 7

обед							
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
54-28с/2022н	Борщ с капустой и картофелем с птицей и сметаной	14	200/10/10	4,68	5,95	9,62	117,28
54-3гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном	10	200	0,30	0,00	10,58	43,52
П.Т	Печенье топленое молоко	5	25	5,20	6,00	12,30	124,00
701/2010 м	хлеб пшеничный	3	20	1,58	0,20	9,66	46,76
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	20	1,12	0,22	9,88	45,86
	Итого	35,00	485	12,88	12,37	52,04	377,42

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 2/ день 8

обед							
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено) с птицей	14	200/10	4,57	2,87	10,13	88,72
54-45гн/2022н	Чай каркаде	10	200	0,16	0,08	7,18	30,08
П.Т	Вафли с фруктовой начинкой	5	25	1,80	4,29	21,33	131,13
701/2010 м	хлеб пшеничный	3	20	1,58	0,20	9,66	46,76
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	20	1,12	0,22	9,88	45,86
	Итого	35,00	475	9,23	7,66	58,18	342,55

Согласовано:

Директор _____

Утверждаю:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Е.Ю. Кортоножко



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 2/ день 9

обед							
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
1	2		12-18 лет	Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	12-18 лет
54-7с/2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	14	200/10	5,10	5,78	18,50	146,42
54-2гн/2022н	чай с сахаром	10	200	0,20	0,00	10,38	42,38
П.Т	Пряник	5	30	2,40	5,73	28,44	145,33
701/2010 м	хлеб пшеничный	3	20	1,58	0,20	9,66	46,76
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	20	1,12	0,22	9,88	45,86
	Всего	35	480	10,40	11,93	76,86	426,75

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 2/ день 10

обед							
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
1	2		12-18 лет	Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	12-18 лет
54-20с/2022н	Суп картофельный с рыбой	14	200/20	8,38	2,60	14,60	115,38
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	10	200	0,50	0,00	19,80	81,20
П.Т	Печенье топленое молоко	5	25	5,20	6,00	12,30	124,00
701/2010 м	хлеб пшеничный	3	20	1,58	0,20	9,66	46,76
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	20	1,12	0,22	9,88	45,86
	Итого	35	485	16,78	9,02	66,24	413,20
	Всего за 10 дней		4 810,00	112,44	107,05	635,73	3 884,29
	Средний суточный рацион		481	11,24	10,71	63,57	388,43