



Согласовано:  
 Директор *И.И. Кортонюжко*



Утверждено  
 Директор ООО "Битвест Консалтинг"  
 И.И. Кортонюжко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) с
			Б	Ж	У		
1		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18

**Вариант 1**

**Завтрак**

101/2004д	кура кабахковая консервированная	100	1,626	1,6	10,26	104	0
271/331/2017м	комплеты домашние с соусом	100,0	7,81	12,28	10,62	180,00	0,00
331/2017	соус	20,0					
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180,0	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	<b>Итого</b>	<b>630,0</b>	<b>18,69</b>	<b>21,90</b>	<b>90,27</b>	<b>670,40</b>	<b>0,30</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано: МОУ  
 Директор *С.В. Яковлев*  
 «*Славянский*» с/п

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	с
2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	с

Вариант 2

**Завтрак**

70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	100	0,08	0,1	1,9	12	4,083
246/2017м	зудляш из отварной говядины	100	13,36	14,08	3,27	164,00	1,20
171/2017м	зречка рассыпчатая	180	10,62	11,46	47,83	335,99	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	207	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	<b>Итого</b>	<b>617,0</b>	<b>26,5</b>	<b>26,4</b>	<b>84,2</b>	<b>653,8</b>	<b>5,6</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	





Согласовано:  
 Директор МОУ *М. И. И.*



№ рел. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	12-18 лет	
1		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

**Вариант 3**

**Завтрак**

52/2017м	свежга отварная с растительным маслом	100	1,4	6	8,26	92,8	
291/2017м	плов из пшшцы	50/150	16,89	9,86	34,09	302,66	
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	
701	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	<b>Итого</b>	650	22,61	17,46	84,05	635,46	
	Норма завтрака по СанПин	20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-68





Согласовано:  
 Директор *М. В. Козлова*



Утверждено  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
*А. П. Кортоножко* Е. Ю.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витаминны (мг) с
			Б	Ж	У		
1		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	
2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

Вариант 4

Завтрак

15/2017м	сыр порциями	10	2,32	2,95	0	36	0,07
279/331/2017м	тефтели говяжьи с рисом соусом	100	8,29	9,21	10,48	157,77	0,45
331/2017	соус	20,0	5,56	9,34	39,49	263,40	0,00
171/2017м	каша ячневая рассыпчатый	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
378/2017м	чай с молоком	560,0	21,54	24,05	92,57	671,17	1,85
	Итого						
		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%						





Согласовано: *[Signature]*  
 Директор *[Signature]* *[Signature]*



Утвърждаващият директор *[Signature]*  
 «Бизнес Консалтинг»  
 Директор Е.Ю. Кортоножко Е.Ю.

№ рел. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Витамини (мг) с
			Б	Ж	У			
1		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18	

**Вариант 5**

**Завтрак**

101/2004г	овощи консервированные (зеленый горошек)	100	2,25	0,30	13,20	64,20	1,05
229/2017ж	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	9,75	4,95	3,80	105,00	0,70
310/2017ж	картофель отварной	180	3,6	0,72	28,44	134,65	26,1
338/2017ж	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2010ж	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
382/2017ж	кисело с мляком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	630	23,93	11,11	99,52	602,45	38,15
	Норма заявка по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор: *И. Сафаров*



«Бизнес»  
 Общество с ограниченной  
 ответственностью  
 Утверждено  
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Коргоножко Е.Ю.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У	с		
1		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18	

**Вариант 6**

Завтрак								
7071/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	100	1,1	0,2	3,6	22	14,58	
	Биточки, комлеты куриные с соусом	100	10,18	11,33	7,07	147,85	1,5	
295/332/2017м	сметанный с луком	20						
332/2017м	соус сметанный с луком помидом	180,0	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00	
203/2017м	макаронны отщерыне с маслом	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	200	0,07	0,02	15	60	0,3	
376/2017м	чай с сахаром	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00	
701/2010м	хлеб пшеничный	750,0	22,47	20,43	100,54	656,45	26,38	
	Итого	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		

Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%

Согласовано:   
 Директор  Иванов Иван

Утверждено:   
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг" Корганов Е.Ю.

№ рец. по сбор.	Наименование блока	вес блока	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витаминиз (мг) с
			Б	Ж	У		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18

Вариант 7

Завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	100	0,8	0,08	1,36	10	3,5
291/2017м	плов из пшеницы	50/150	16,89	9,86	34,09	302,66	4,50
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	207	0,13	0,02	15,2	62	0,3
701/2017м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
л.м	меченье топленое молоко	30	4,35	16,95	15,6	117	
	Итого	510	26,02	28,11	92,95	624,66	8,30
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано  
 Директор *И.И. Копылова*



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 № Кортонджо Е.Ю.



№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	с
Вариант 8							

Завтрак							
№	списка отварная с растительными маслами	100	1,4	6	8,26	92,8	6,65
255/2017м	печень по стругоновски	100	13,26	11,23	3,52	185,00	7,64
171/2017м	зречка рассыпчатая	180	10,62	11,46	47,83	335,99	0,00
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	610	27,66	29,43	90,63	753,59	14,59
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:   
 Директор Стефан Стефанов Р.И.  
 Сопотска СЦ

Утвърдено Консалтинг  
 Директор ООЛ Бизнес Консалтинг  
 Кортонжо Е.Ю.  


№ рел. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) с
			Б	Ж	У	с		
1		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18	
2								

Вариан 9

Завтрак

15/2017м	сир порциями	10	2,32	2,95	0	36	0,07
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04
120/2017м	сир молочный с макаронными изделиями	300	6,56	5,70	21,54	180,00	0,82
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	670,0	18,0	21,0	75,8	580,6	11,2
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	





Согласовано:  
 Директор *Д-р Д. Давидов*

«Бизнес Консалтинг»  
 Утверждено  
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
*Коргоножко Е.Ю.*

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) с
			Б	Ж	У		
1		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12,18	

Вариант 10  
 Завтрак

271/331/2017м	комплеты домашние с соусом	100,0	7,81	12,28	10,62	180,00	0,00
331/2017	соус	20,0					
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180,0	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	650	19,00	21,18	100,49	666,60	10,30
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
	Всего за 10 дней	6277,0	226,43	221,09	910,99	6515,17	138,13
	Средний суточный рацион	627,7	22,64	22,11	91,10	651,52	13,81

Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%

550

18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
---------	-------	------------	---------