

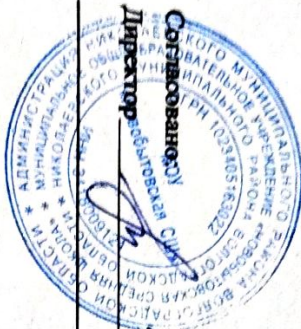


Сотрудники:
 Директор *И.И. Чугаченко* .1.11



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рещ. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Завтрак				Энергет. ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У	г		
		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
Вариант 1								
1								
			0,976	0,96	6,16	62,4	0	
	101/2004з	60	7,81	12,28	10,62	180,00	0,00	
	271/331/2017ж	100,0	5,73	6,07	31,98	205,5	0	
	203/2017ж	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00	
	701/2010ж	560,0	16,90	20,05	79,78	587,70	0,30	
	Итого							
		500,0	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		
Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%								



Директор

Ирина Николаевна

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Целевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	Вариант 2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
			Завтрак				
70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	60	0,48	0,06	1,14	7,2	2,45
246/2017м	супы из откармливаемой говядины	100,0	13,4	14,1	3,3	164,0	1,2
171/2017м	гречка рассыпчатая	150	8,85	9,55	39,86	280	0
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	207	0,13	0,02	15,20	62,00	0,30
	Итого	547	25,10	24,40	75,50	593,00	4,00
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Корпоративно Е.Ю.





Согласовано:
Директор *М. И. Чугачевский*



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

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Завтрак			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	Вариант 3	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
52/2017м	Секста отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68	3,99
291/2017м	Мюле из пшеницы	50/150	16,89	9,86	34,09	302,66	4,5
376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
701	Хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	610	22,05	15,06	80,75	598,34	18,79
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	500,0	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Составлено: МОУ
 Директор: *Игорь Александрович Куртоножко*
Игорь Александрович Куртоножко

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рел. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Целевые вещества/г/			Ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	Вариант 4	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	с
15/2017м	сыр порционными		Завтрак				
279/331/2017м	тефтели говяжьи с рисом соусом	10	2,32	2,95	0,00	36,00	0,07
331/2017	соус	90	7,46	8,29	9,44	142	0,41
171/2017м	каша ячневая рассыпчатый	20					
701/2010м	хлеб пшеничный	150	4,64	7,79	32,91	220	0
378/2017м	чай с молоком	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
	Итого	200	1,52	1,35	15,90	81,00	1,33
		500	18,25	21,10	74,27	558,80	1,81
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Евгений Кортоножко Е.Ю.



МОУ
 «Новобухайевское с/пос.
 Новокосыгинского района
 Новосибирской области»
 Согласовано с/м
 Директор
М.А. Харченко Р.И.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рещ. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	ценные вещества/г/			ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	Вареники 5	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
			Завтрак				
101/2004г	овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,35	0,18	7,92	38,52	0,63
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	9,75	4,95	3,8	105	0,7
310/2017м	картофель отварной	150	3	0,6	23,7	112,2	21,75
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,2	26,7	133	0
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	560	22,43	10,87	89,5	554,32	33,38
	Норма завтрака по СанПиН 209%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



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



Сотласованно: *Сотласованно*
 Директор *Сотласованно*

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	7-11 лет			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	Вариант 6	7-11 лет					
			Завтрак				
		60,0	0,66	0,12	2,16	13,20	8,75
	овощи свежие (помидор свежий, соленый)	100,0	10,18	11,33	7,07	147,85	1,50
	Биточки, комлеты куриные с соусом сметанным с луком	20					0
	295/332/2017М	150	5,73	6,07	31,98	205,5	0
	332/2017М	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	203/2017М	100	0,40	0,40	9,80	79,80	
	338/2017М	30	2,31	0,72	16,02	553,35	20,55
	701/2010М	660	19,35	18,66	82,03		
	Итого	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Норма завтрака по СанПин		20% ± 25%	± 5%			

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





Директор
Иванова И.И.



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	ценные вещества/г			Энергет. ценность ккал	Витаминны (мг)
			Б	Ж	У		
1	Вариант 7	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
			Завтрак				
70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	60	0,48	0,06	1,02	6	2,1
291/2017м	ябло из яблони	50/150	16,89	9,86	34,09	302,66	4,5
377/2017м	чай с сахаром и лимонком	207	0,13	0,02	15,2	62	0,3
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
н.т.	печенье молочное	30	4,35	16,95	15,60	117,00	
	Итого	510	24,16	27,61	81,93	567,46	6,90
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Составлено: *И.Н. Кортоножко*
 Директор

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ п/п № рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	первые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) с
			Б	Ж	У		
1	Вариант 8	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
			Завтрак				
		60	0,84	3,60	4,96	55,68	3,99
	свежая оmeарная с растительным маслом	100	13,26	11,23	3,52	183	7,64
	печенье по строгонски	150	8,85	9,55	39,86	280	0
	зречка рассыпчатая	30	2,31	0,72	16,02	79,8	0
	хлеб пшеничный	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	чай с сахаром	540	25,33	25,12	79,36	580,68	11,93
	Итого	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%						



Утверждено №1
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Е.Ю. Кортоножко
 Кортоножко Е.Ю.



Согласовано: *И. И. Мухоморова*
 Директор



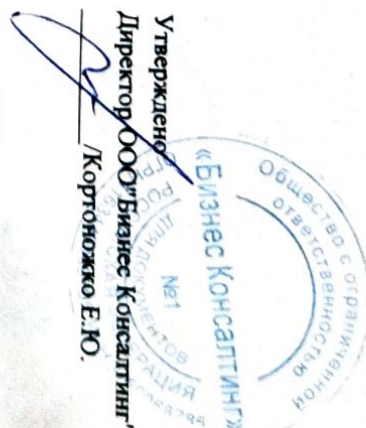
Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Е. Ю. Кортоножко

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рел. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	ценные вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У	с		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
Вариан 9								
15/2017м	сыр порциками	10	Завтрак					
			2,32	2,95	0,00	36,00	0,07	
14/2017м	масло порциками	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04	
120/2017м	суп молочный с макаронными изделиями	250	5,47	4,75	17,95	150	0,11	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100,0	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
701/2010м	хлеб пшеничный	50,0	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00	
382/2017м	какао с молоком	200,0	4,08	3,54	17,58	118,60	0,30	
	Итого	630,0	16,90	20,10	72,20	550,60	10,50	
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	500,0	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		



Муромецкая Н.



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рел. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Целевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	Вариант 10	7-11 лет					
271/31/2017м	котлеты домашние с соусом	100	Затрака				
331/2017	соус	20	7,81	12,28	10,62	180	0
203/2017м	макаронны отварные с маслом	150,0	5,73	6,07	31,98	205,5	0
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,8	0
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
	Итого	600	16,32	19,49	83,42	572,3	10,3
	Норма завтрака по СанПин	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Всего за 10 дней	5707	206,84	202,48	798,69	5716,55	118,43
	Средний суточный рацион	570,7	20,68	20,25	79,87	571,66	11,84

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

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тугельяна. - М.: Делти шлюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тугельяна. - М.: Делти шлюс, 2010. - 544с.

Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Делти принт, 2008. - 276с. Скурных И.М., Тугельян В.А.

СанПин 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".