



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

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	ценные вещества/г/			Энергет. ккал	Эквивалент (мг)
			Б	Ж	У		
			7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Вариант 1							
1			Завтрак				
101/2004д	шпроты консервированные	60	0,976	0,96	6,16	62,4	0
271/331/2017м	колбасы домашние с соусом	100,0	7,81	12,28	10,62	180,00	0,00
203/2017м	макаронные изделия с маслом	150	5,73	6,07	31,98	205,5	0
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
	Итого	560,0	16,90	20,05	79,78	587,70	0,30
		500,0	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%							



Директор

Иванов И.И.

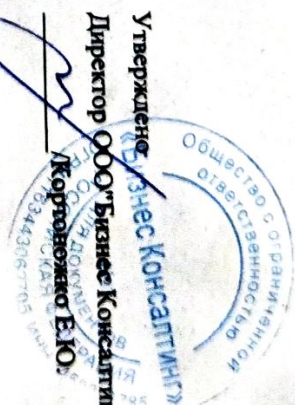
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

10-ти дневное меню для исследования гурчичим питанием ооуаюшшшшххх									
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Коробов Е.Ю.





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) с
			Б	Ж	У	7-11 лет		
			7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
1	Вариант 3							
52/2017м	сезонная отечественная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68	3,99	
291/2017м	пюре из овощей	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		

Завтрак



Согласовано: И.И. Мухоморов
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

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



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

10-ти дневное меню для обеспечением горчим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет									
№ рел по сбор.	Наименование блюдо	вес блюда	ценные вещества/г/			ценность ккал	Витамины (мг) с		
			Б	Ж	У				
1	Вариант 4	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
			Завтрак						
15/2017м	сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	36,00	0,07		
279/331/2017м	тефтели говяжьн с рисом соусом	90	7,46	8,29	9,44	142	0,41		
331/2017	соус	20							
171/2017м	каша ячневая рассыпчатый	150	4,64	7,79	32,91	220	0		
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00		
378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	1,33		
	Итого	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			



Директор

Журафеско Л.И.



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

№ рел. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	цельные вещества/г/				ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У	7-11 лет		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	Вариант 5							
			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 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		



Составлено: Медведева Л.И.
Директор

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	цельные вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У	7-11 лет		
1	Вариант 6							
			Завтрак					
		60,0	0,66	0,12	2,16	13,20	8,75	
	овощи свежие (помидор свежий, соленый)							
70/71/2017м	Биточки, компоты куриные с соусом сметанным с	100,0	10,18	11,33	7,07	147,85	1,50	
	луком	20						0
295/332/2017м	соус сметанный с луком и томатом	150	5,73	6,07	31,98	205,5		10,00
332/2017м	макаронные отварные с маслом	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
203/2017м	фрукты свежие (яблоко)	30	2,31	0,72	16,02	79,80		20,55
338/2017м	хлеб пшеничный	660	19,35	18,66	82,03	553,35		
701/2010м	Итого	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%							

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





Директор

И.И. Шадрин



Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

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

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	ценные вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витаминизация (мг) с
			Б	Ж	У		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	Вариант 7						
			Завтрак				
70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	60	0,48	0,06	1,02	6	2,1
291/2017м	плов из пшеницы	50/150	16,89	9,86	34,09	302,66	4,5
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	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
п.т.	печенье толеное молоко	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: М.А. Картоножко
 Директор



Утверждено: М.А. Картоножко
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Картоножко Е.Ю.

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

№ п/п № рецеп. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	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	7-11 лет
			Завтрак				
52/2017м	свежая оmeарная с растительным маслом	60	0,84	3,60	4,96	55,68	3,99
255/2017м	печенье по строганооски	100	13,26	11,23	3,52	183	7,64
171/2017м	зречка расщипанная	150	8,85	9,55	39,86	280	0
701/2017м	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
	Итого	540	25,33	25,12	79,36	580,68	11,93
		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Норма завтрака по СанПин 20% - 25% ± 5%						



Согласовано:
Директор

Морарешко Е. И.



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

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

№ респ. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	ценные вещества/г			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) с
			Б	Ж	У		
			7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
Вариан 9							
			Завтрак				
15/2017м	сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	36,00	0,07
14/2017м	масло порциями	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	620,0	16,90	20,10	72,20	550,60	10,50
	Норма завтрак по СанПин 20%- 25% ± 5%	500,0	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Согласовано:
Директор *М.А. Короткошко*



Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг" *Короткошко Е.Ю.*

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

№ рел. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	цельные вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У	7-11 лет		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	с
	Вариант 10							
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	100	Затирка					
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 20%-25% ± 5%

	Всего за 10 дней	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		
	Средний суточный рацион	570,7	206,84	202,48	798,69	5716,55	118,43	
		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.: Делли шнос, 2017. - 544с.
Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Делли принт, 2008. - 276с. Скурихин 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".

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 327766045235508045123579633876966067016845890566

Владелец Назаренко Людмила Николаевна

Действителен с 28.09.2023 по 27.09.2024