

Согласовано:

Директор _____

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 лет),
для муниципальных общеобразовательных школ**



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.:Делта плюс, 2017. - 544с.

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

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Делта принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПин 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПин 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.

Согласовано:

директор _____

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

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
День1 /неделя 1: Понедельник							
Завтрак							
каша молочная Дружба	200	8,84	9,22	39,51	276,38	54-16к/2022н	40
блинчики со стученным молоком	70	3,91	4,99	17,85	131,86	399/2017м	22
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	5,25
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	15
Итого за _Завтрак	500	15,32	14,51	82,24	514,13		82,25

Согласовано:

директор _____

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Коргоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
котлеты домашние из п/ф	100	12,06	12,4	4,7	179	ТК 77-3/2022н	35
соус сметанный с томатом	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017м	10
макаронны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	203/2017м	17
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	5,25
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2н/2022н	15
Итого за завтрак	500	20,37	18,59	63,78	497,71		82,25

Согласовано:

директор _____



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/бли
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Лапшевник с творогом	150	13,00	15,00	25,13	287,52	208/2017м	38
Молоко стученное	20	1,50	0,04	11,36	52,00	П.Т 77-8/2022	3
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017м	20
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	5,25
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3тн/2022н	16
Итого за завтрак	500	17,57	15,74	71,57	493,61		82,25

Согласовано:

Директор _____



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя I: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Котлеты рыбные из п/ф	100	12,30	9,80	6,90	165,00	ТТК 77-1	39
СОУС СМЯГКИЙ С ТОМАТОМ	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017м	8
каша рисовая рассыпчатая	150	3,70	4,80	36,50	203,50	171/2017м	15
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	5,25
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022м	15
Итого за завтрак	400	18,91	15,89	69,68	490,41		82,25

Согласовано:

Директор _____

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	Цена руб/бли
		Б	Ж	У			
День/Неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
готов.	100	8,52	12,30	6,30	169,98	ТК 77-5	36
соус сметанный с томатом	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017м	10
каша рассыпчатая пшеничная	150	8,30	6,84	37,98	246,68	171/2017м	15
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	5,25
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-Зчм/2022ч	16
Итого за завтрак	500	19,83	20,43	70,76	539,77		
Итого за неделю в среднем завтрак	480	18,40	17,03	71,61	507,13		82,25

Согласовано:

Директор _____

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортонобжко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 1/неделя 2: Понедельник							
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
каша рисовая молочная жидкая с сахаром	200	6,37	7,66	41,7	261,22	182/2017м	42
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017м	20
кофейный напиток	200	3,8	2,9	11,3	106,5	54-23м/2022н	15
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	5,25
Итого за завтрак	530	12,94	11,26	77,50	478,29		82,25

Согласовано:

директор _____

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Коргоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник							
Завтрак							
готов.	100	8,3	9,1	8,9	150,7	ТТК 77-6	34
СОУС СМЯГКИЙ с ТОМАТОМ	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017м	10
каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	18
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	5,25
чай с сахаром каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	15
Итого за завтрак	500	19,47	16,77	67,98	494,07		82,25

Согласовано:

директор _____

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/бли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг							
Завтрак							
Плов из птицы	200	14,54	10,46	31,50	278,30	291/2017м	45
икра морковная	60	1,20	4,20	6,00	67,98	75/2017м	16
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,17	105,95	701/2010м	5,25
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3нн/2022н	16
Итого за завтрак	510	19,99	15,16	72,25	495,75		82,25

