



Согласовано:

директор М.А.Удальцова
М.А.Удальцова



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

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

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей и образовательных организаций и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и

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. Лапиной -

М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Тутельян В.А.
«Обитания».

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные)

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

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 ООО Бизнес Консалтинг
Д.В. Басов



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

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
День 1 / неделя 1: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	200	7,55	9,74	28,67	232,54	181/2017м	36
блинчики (оладьи) с молоком ступенным	70	4,80	4,78	14,26	119,26	399/2017м	25
накад с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	54-21м/2022м	20
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	25
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,64
Итого за _Завтрак	600	19,78	18,82	79,89	570,66		109,64
2 завтрак							
макароны отварные с сыром	150	10,9	7,9	26,6	221,1	389/2017м	23,62
чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81	54-4м/2022	20
Итого за 2 завтрак	350	13,21	9,25	42,50	302,10		43,62
Всего за Понедельник	950,00	32,99	28,07	122,39	872,76		153,26



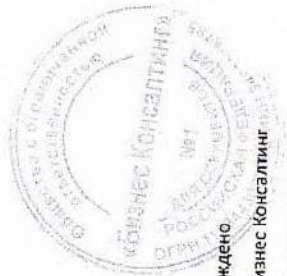
Согласовано:

Директор *Министерства здравоохранения РБ*
Резников С.В.



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	52,5	47/2017 м	25
рыба, тушеная в томате с овощами	100	14,11	9,88	7,5	175,36	229/2017м	42
каша рисовая рассыпчатая	150	3,7	4,80	36,50	203,50	171/2017М	24
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	63,57	701/2010м	3,64
компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,20	54-1кн/2022н	15
Итого за завтрак	540	21,70	17,98	83,37	576,13		109,64
2 завтрак							
каша молочная гречневая	150	6,75	6,05	25	181,45	183/2017м	21,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3тн/2022н	19
Итого за полдник	370	9	6	45	272		43,62
Всего за Вторник	910	30	24	129	848		153,26



директор ООО Бизнес Консалтинг
Евгений С.В. Демидов

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубль
		Б	Ж	У	7-11 лет			
День 3/неделя 1: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет			
Завтрак								
овощи в нарезке по сезону (огурец)	60	0,67	0,12	2,16	13,2	70/71/2017м		25
биточки , котлеты куриные из п.ф с соусом 100/20	120	10,18	11,33	10,07	182,97	77-2/2022/ 332/2017м		45
макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м		22
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022г		14
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м		3,64
Итого за завтрак	560	18,92	16,65	70,10	506,63			109,64
2 завтрак								
каша молочная геркулес	150	6,1	5,6	18,5	148,5	54-3м/2022г		16,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м		3
какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	54-21гн/2022г		24
Итого за 2 завтрак	370	12	9	41	297			43,62
Всего за Среду	930,00	31,26	26,05	110,93	803,60			153,26



Согласовано:

Одн.

директор

Министерства сельского хозяйства РБ

Директор СВ Дембук



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубл
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 1: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

консервы закусочные (икра кабачковая)	60	1,623	2,82	8,72	66,6	101/2004л	17
тефтели "Оригинальные" из п/ф	100	8,52	12,30	6,30	169,98	ТК 77-5	40
соус сметанный с томатом	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017м	10
горошница	150	8,87	3,73	33,80	204,00	54-21г/2022н	19
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	6,64
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	17
Итого за завтрак	560	21,92	20,14	75,10	562,49		109,64
2 завтрак							
рагу из овощей	150	2,2	7,4	13,6	133,4	143/2017м	20,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81	54-4гн/2022н	20
Итого за 2 завтрак	370	6,09	8,95	39,16	261,15		43,62
Всего за Четверг	930,00	28,01	29,09	114,26	823,64		153,26



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

Согласовано:
директор ООО Инвестиционно-менеджерное сопровождение
Павлова О.А. Павлова

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубл
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68	52/2017м	23
гречка по купечески с мясом	200	13,20	17,80	30,00	333,00	458/2002г	65
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	701/2010м	6,64
компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	342/2017м	15
Итого завтрак	510	18,15	22,06	86,99	620,18	701/2010м	109,64
Итого за неделю в среднем завтрак	554	20	19	79	567		
2 завтрак							
рис с овощами	150	4,51	6,65	30,4	199,51	379/2017м	16,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	54-23н/2022н	24
Итого за 2 завтрак	370	9,26	9,53	56,01	346,86		43,62
Всего за Пятницу	880	27,41	31,59	143,00	967,04		153,26
Итого за неделю в среднем 2 завтрак	366,00	9,91	8,68	44,75	295,76		



Согласовано:

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Генеральный директор
О.В. Федорова

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубл
		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 молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,25	10,26	30,50	233,34	182/2017м	40
кондитерское изделия (Чоко Пай)	40	7,20	8,90	15,80	171,80	П.Т	26
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	25
хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,64
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	14
Итого за завтрак	580	18,31	19,96	86,00	589,18		109,64
2 завтрак							
макароны отварные с сыром	150	10,9	7,9	26,6	221,1	389/2017м	23,62
чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81	54-4гн/2022	20
Итого за 2 завтрак	350	13,21	9,25	42,50	302,10		43,62
Всего за Понедельник	930	32	29	129	891		153,26

Согласовано: Директор ООО Бизнес Консалтинг
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Директор ООО Бизнес Консалтинг

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Коротко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубл
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
овощи в нарезке по сезону (помидор)	60	0,66	0,12	2,16	13,2	70/71/2017м	25
котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20	120	8,32	13,15	7,17	180,62	77-3/2022- 331/2017м	44
макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	22
компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81,2	54-1м/2022м	15
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,64
Итого за завтрак	560	17,25	18,47	76,42	541,96		109,64
2 завтрак							
каша молочная геркулес	150	6,1	5,6	18,5	148,5	54-3м/2022м	16,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	54-21м/2022м	24
Итого за 2 завтрак	370	12	9	41	297		43,62
Всего за Вторник	930	30	28	117	839		153,26



Согласовано:

директор *М.В. Равенсберг*
Равенсберг М.В.



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубл
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/71/2017м	25
котлеты мясокрупные из п./ф.	100	9,93	12,66	5,76	176,70	77-6/2022	45
каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	20
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3пн/2022н	14
хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	701/2010м	5,64
Итого за завтрак	560	22,86	20,22	80,06	592,92		109,64
2 завтрак							
рис с овощами	150	4,51	6,65	30,4	199,51	379/2017м	16,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	54-23пн/2022н	24
Итого за полдник	370	9	10	56	347		43,62
Всего за Среду	930	32,12	29,75	136,07	939,78		153,26



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.



Согласовано:
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубл
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,35	0,18	7,92	38,52	131/2017м	25
биточки , котлеты куриные из п.ф с соусом	120	10,18	11,33	20,07	222,97	77-2/2022/ 332/2017м	45
картофель тушеный с луком	150	3,70	4,40	14,60	113,50	145/2017м	20
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	54-2гн/2022г	14
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	5,64
Итого за завтрак	560	17,80	16,21	67,46	487,51		109,64
Полдник							
рагу из овощей	150	2,2	7,4	13,6	133,4	143/2017м	20,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81	54-4гн/2022г	20
Итого за Полдник	370	6,09	8,95	39,16	261,15		43,62
Всего за Четверг	930	23,89	25,16	106,62	748,66		153,26



Согласовано:

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Белусова О.В.



Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятица	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

винегрет овощной	60	0,78	2,70	4,62	45,60	67/2017	25
котлеты печеночные из п./ф.с маслом	105	12,83	12,97	10,27	209,13	77-4/2022	43
макаронные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	22
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	701/2010м	5,64
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3м/2022м	14
Итого завтрак	565	23,26	21,07	82,42	611,95		109,64
Итого за неделю в среднем завтрак	565,00	19,90	19,19	78,47	564,70		

Полдник

каша молочная пшеничная	150	4,22	4,99	12,9	113,39	182/2017м	16,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	54-23м/2022м	24
Итого за полдник	370	8,97	7,87	38,51	260,74		43,62
Всего за Пятицу	826	32,23	28,94	120,93	872,69		153,26
Итого за неделю в среднем полдник	344,15	9,97	9,00	43,40	1467,82		

Норма завтрака по СанПиН 2.0%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Среднее значение за завтрак		20,00	19,16	78,78	565,96
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		25,97	24,25	23,52	24,08
Норма полдник по СанПиН 10-15%	300	7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,25	235-352,5
Среднее значение за полдник		9,94	8,84	44,08	881,79
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		12,91	11,19	13,16	37,52
Среднее значение за день		29,94	28,00	122,86	1447,75
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		38,88	35,44	36,67	61,61
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020					
Распределение ЭЦ		77,00	79,00	335,00	2350,00
				Норма	
		Завтрак	24,08	20-25%	
		полдник	37,52	10-15%	

Использованная литература: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г

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

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.

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