



Согласовано:
 И.И. Сергеева
 Директор
 Ю.И. Сергеева
 Директор



Е.Ю. Кортоножко

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

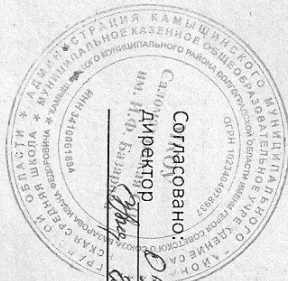
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. Ценность ккал
			Б	Ж	У	
1		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1/ День 1

Завтрак

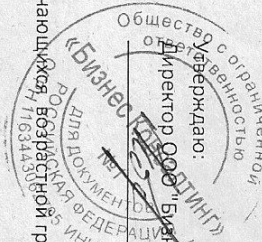
182/2017М	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	8,25	8,40	30,25	258,34
399/2017М	блинчики с повидлом	70	3,15	5,98	15,60	128,82
701/2010 М	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
338/2017М	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-2гн/2022Н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
Итого		620	15,95	15,28	90,18	593,38

Норма завтрака по СанПин	20% ± 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
--------------------------	----------------	-----	------------	------------	----------	-----------



Согласовано
 Директор
 И.И. Ибрагимов

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающимися, воспитанной группы 7-11



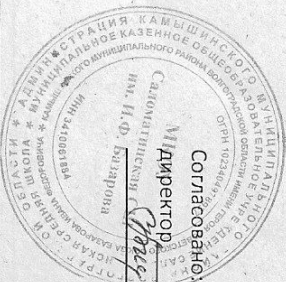
Утверждено
 Директор
 Е.Ю. Кортоножко

№ реч. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. Ценность ккал
			Б	Ж	У	
1		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1/ день 2

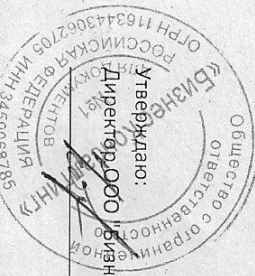
Завтрак

70/71/2017М	овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,36	0	2,28	8,4
77-3/2022-						
331/2017М	котлеты Домашние из п/ф с соусом	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62
203/2017М	Макаронны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8
701/2010 м.	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
54-4гн/2022Н	чай с молоком	200	1,6	1,1	14,58	74,62
Итого		580	19,63	19,65	80,98	577,34
Норма завтрака по СанЛин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



Согласовано:
 М. Директор
 М. П. Рыкова
 08.08.2011

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

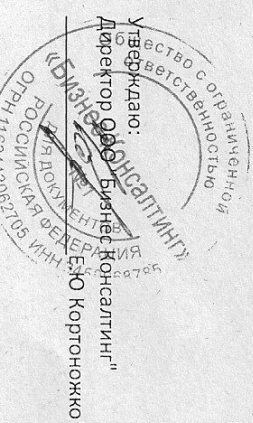


Утверждаю:
 М. Директор ООО «Бизнес-Сервис Консалтинг»
 Е. Ю Кортоножко
 08.08.2011

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
Неделя 1/ день 3						
Завтрак						
183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом и сахаром	200	8,25	8,15	32,08	234,67
338/2017м	фрукт свежий (блоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6
	Итого	560,0	17,5	19,8	83,7	583,2
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



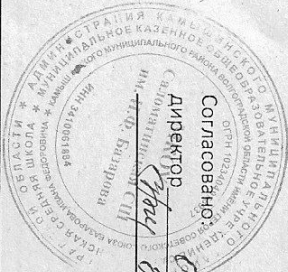
10-ти дневное меню для горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11



№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Неделя 1/ День 4

70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (отурец.)	60	Завтрак			1,14	7,2
			0,48	0,06			
77-1/2022							
54-3сч/2022н	котлета рыбная из п/ф с соусом	100/20	11,3	9,99	7,9	166,71	
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	3,7	4,8	36,5	203,5	
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	
54-2нч/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	
	Итого	580	19,63	15,35	80,07	536,63	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Согласовано
Директор
Аманжол
Аманжол

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



Утверждаю:
Директор ООО "Бизнес Капитал"
Е.Ю. Кортонюк
Е.Ю. Кортонюк

№ рещ. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
1		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

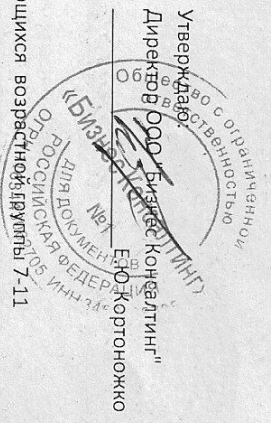
Неделя 1/ День 5

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая рчневая, с маслом и	200	7,30	10,30	34,00	257,90
209/2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
54-Згч/2022н	чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	590,0	17,0	15,8	78,8	528,3
Норма завтрака по СанЛин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



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

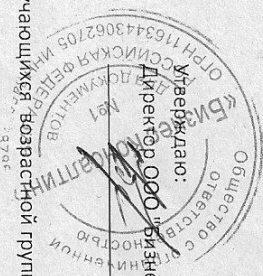


№ п/п по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. Ценность ккал
			Б	Ж	У	
1		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 2/ день 6

Завтрак

101/2004л	икра кабачковая консервированная	60	1,63	2,82	8,72	67
77-2/2022 -						
331/2017м	Котлета куриная из п/ф с соусом	100/20	8,68	11,28	6,70	163,04
203/2017м	Макароны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010 м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
	Итого	580	19,86	19,5	82,75	586,06
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-567,5



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

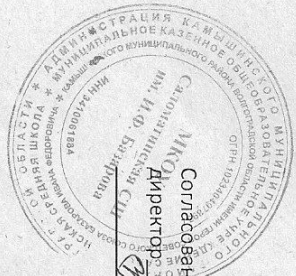
Согласовано:
 директор ООО «Бизнес Камчатской области»
 Е.Ю. Кортоножко

№ реч. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	

Неделя 2/ день 7

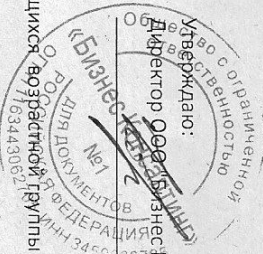
Завтрак

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	7,30	9,97	26,88	226,45
399/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	5,98	15,60	128,82
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-Эн/2022н	чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	620	15,1	16,85	87,01	562,69
	Норма завтрака по СанПин 20% 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



Согласовано:
 И.И.Ф. В.И.Ф.И.Ф.
 Директор: *О.И. Бершнев*
 2022.07.11

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



Утверждаю:
 Директор ООО «Бизнес-Группа»: *Е.Ю. Кортоножко*
 2022.07.11

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. Ценность ккал 7-11 лет
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

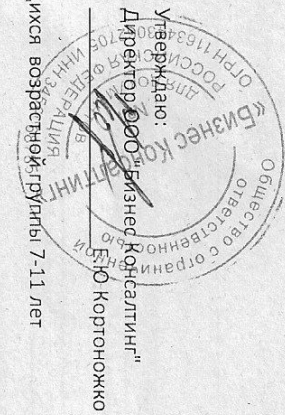
Неделя 2/ день 8

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68
77-4/2022	Котлеты печеночные из п/ф с маслом	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
125/2017м	картофель отварной	150	3	0,6	23,7	112,2
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	14,58	74,62
	Итого	565	22,22	18,77	77,66	568,53
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



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



по сбор.	вес блюда 7-11 лет	Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет
----------	-----------------------	---------------	---------------	---------------	------------------

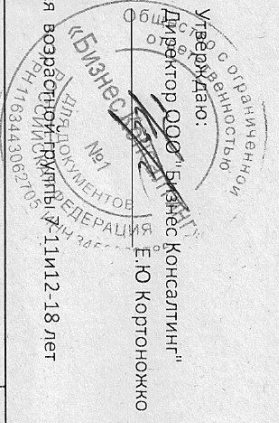
Неделя 2/ День 9

Завтрак

54-19к/2022н	суп молочный с макаронными изделиями	250	6,87	5,67	22,32	167,77
338/2017м	фрукт свежий (блоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6
Итого		610,0	16,1	17,4	74,0	516,3
Норма завтрака по СанПин	20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся



№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. Ценность ккал 7-11 лет
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	

Неделя 2/ день 10

Завтрак

131/2017М	консервы закусочные (Зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1
291/2017М	плов из птицы	200	13,59	10,46	29,20	265,30
54-1кн/2022Н	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2010 м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
	Итого	510	19,74	11,06	76,65	485,30
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
	Всего за 10 дней	5 405,00	170,72	155,64	755,43	5 140,02
	Средний суточный рацион	540,5	17,07	15,56	75,54	514,00
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

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 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. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544с.
 Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.
 СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".