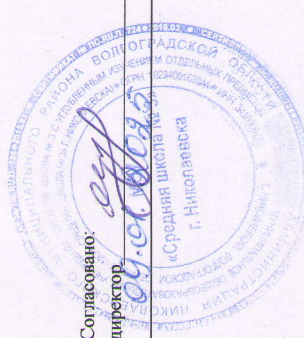


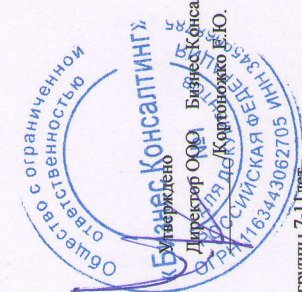
10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Ж	У	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет
Вариант 1														
101/2004л	игра кабачковая консервированная	20	60	100	0,976	1,626	0,96	1,6	6,16	10,26	62,4	104	0	0
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	45	100,0	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00	0,00
331/2017	соус	5	20,0	20,0										
203/2017м	макарроны отварные с маслом	19	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,2	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	104,2	560	630,0	16,90	18,69	20,05	21,90	79,78	90,27	587,70	670,40	0,30	0,30
Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Завтрак



Согласовано:
директор



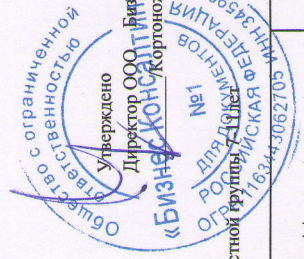
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ реп. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)				
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Б	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2																
Завтрак																	
707/2017м	овощи по сезону (огурец свежий, соленый)	20	60	100	0,48	0,08	0,1	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083		
246/2017м	гуляши из отварной говядины	49	100	100	13,36	13,36	14,08	14,08	14,08	3,27	3,27	164,00	164,00	1,20	1,20		
171/2017м	гречка рассыпчатая	18	150	180	8,85	10,62	9,55	11,46	11,46	39,86	47,83	280,00	335,99	0,00	0,00		
701/2010м	хлеб пшеничный	5,2	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00		
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	12	207	207	0,13	0,13	0,02	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3		
	Итого	104,2	547,0	617,0	25,1	26,5	24,4	26,4	26,4	75,5	84,2	593,0	653,8	4,0	5,6		
	Норма завтрака по СанПин		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680				

Вариант 2



Согласовано:
директор «Средней школы № 2»
[Подпись]



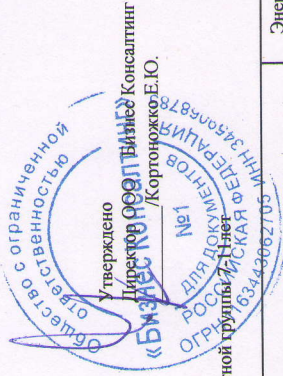
Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
[Подпись]
Коргонождо Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	2															
Вариант 3																
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	20	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65		
291/2017м	плов из птицы	50	50/150	50/150	16,89	16,89	9,86	9,86	34,09	34,09	302,66	302,66	4,50	4,50		
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3		
701	хлеб пшеничный	5,2	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00	0,00		
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	19	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00		
	Итого	104,2	610	650	22,05	22,61	15,06	17,46	80,75	84,05	598,34	635,46	18,79	21,45		
			500	650	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680				

Завтрак

Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%



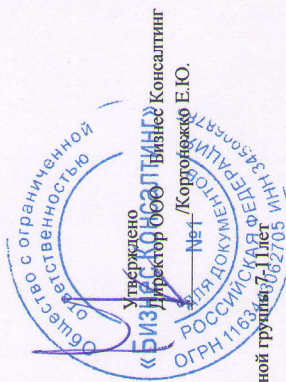
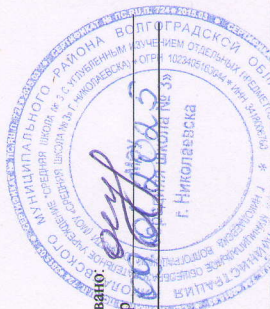
10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)				
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	с	с	
1	2																

Вариант 4

Завтрак

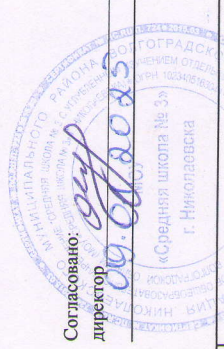
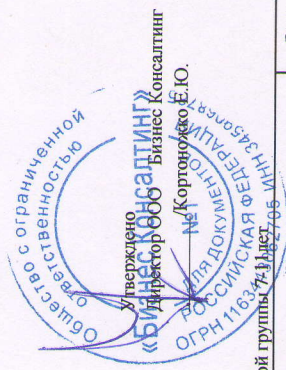
15/2017м	сыр порциями	18	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	0	0	0	0	36	36	0,07	0,07
279/331/2017м	тефтели говяжьи с рисом соусом	40	90	100	7,46	8,29	8,29	9,21	9,44	10,48	142,00	157,77	0,41	0,41	0,45	0,45
331/2017	соус	5	20,0	20,0												
171/2017м	каша ячневая рассыпчатый	19	150	180	4,64	5,56	7,79	9,34	32,91	39,49	220,00	263,40	0,00	0,00	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,2	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00	0,00	0,00	0,00
378/2017м	чай с молоком	17	200	200	1,52	1,52	1,35	1,35	15,9	15,9	81	81	1,33	1,33	1,33	1,33
	Итого	104,2	500,0	560,0	18,25	21,54	21,10	24,05	74,27	92,57	558,80	671,17	1,81	1,81	1,85	1,85
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680				



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	7-11 лет	12-18 лет	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	с	с
1	2		7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	7-11 лет	12-18 лет	Ж <td>Ж <td>У</td> <td>У</td> <td>7-11 лет</td> <td>12-18 лет</td> <td>с</td> <td>с</td> </td>	Ж <td>У</td> <td>У</td> <td>7-11 лет</td> <td>12-18 лет</td> <td>с</td> <td>с</td>	У	У	7-11 лет	12-18 лет	с	с
Вариант 5																
101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	15	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,52	64,20	0,63	1,05		
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	34	100	100	9,75	9,75	4,95	4,95	3,80	3,80	105,00	105,00	0,70	0,70		
310/2017м	картофель отварной	15	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,65	21,75	26,1		
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00		
701/2010м	хлеб пшеничный	5,2	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00	0,00		
382/2017м	какао с молоком	15	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,6	118,6	0,3	0,3		
	Итого	104,2	560	630	22,43	23,93	10,87	11,11	89,50	99,52	554,32	602,45	33,38	38,15		
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680				

Завтрак



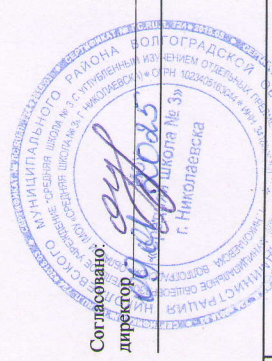
Согласовано:
директор
09.08.2015

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)		
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Ж	У	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
			12-18 лет	7-11 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
I	2														
Вариант 6															

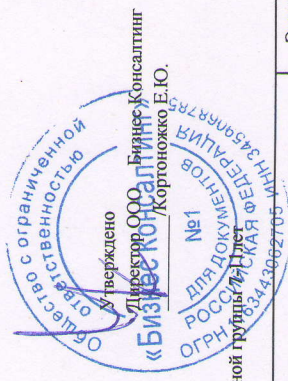
10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Ж	У	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
7071/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	15	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58
293/332/2017м	Биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	35	100	100	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5	1,5
332/2017м	соус сметанный с луком томатом	3	20	20										
203/2017м	макароны отварные с маслом	16	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00
338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701/2010м	хлеб пшеничный	5,2	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00	0,00
	Итого	104,2	660,0	750,0	19,35	22,47	18,66	20,43	82,03	100,54	533,35	656,45	20,55	26,38
	Норма завтрака по СанПин 20% - 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Завтрак



Согласовано:
директор _____



Утверждено
директор ООО «Бизнес-Консалтинг»
Кортоджо Е.Ю.

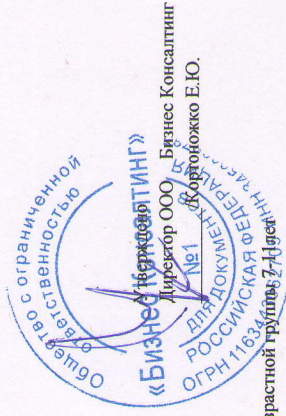
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

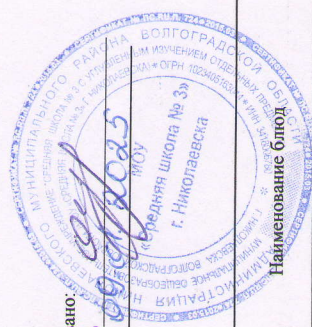
Вариант 7

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
707/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	20	60	100	0,48	0,8	0,06	0,08	1,02	1,36	6	10	2,1	3,5
291/2017м	плов из птицы	50	50/150	50/150	16,89	16,89	9,86	9,86	34,09	34,09	302,66	302,66	4,50	4,50
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	12	207	207	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
701/2017м	хлеб пшеничный	5,2	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00	0,00
п.т	печенье топленое молоко	17	30	30	4,35	4,35	16,95	16,95	15,6	15,6	117	117	0,00	0,00
	Итого	104,2	510	510	24,16	26,02	27,61	28,11	81,93	92,95	567,46	624,66	6,90	8,30
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Завтрак



Согласовано:
директор
«Бизнес-Сервис-Тинг»
Директор ООО Бизнес Консалтинг
№1 ДОКУМЕНТ
РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ОГРН 1183...



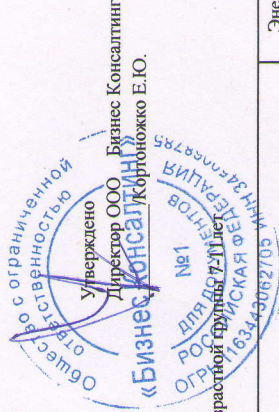
Согласовано:
директор
МОУ
Передняя Школа №3
г. Николаевска

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Ж	У	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	с	с
Завтрак														
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	20	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65
255/2017м	печень по строгановски	50	100	100	13,26	13,26	11,23	11,23	3,52	3,52	185,00	185,00	7,64	7,64
171/2017м	гречка рассыпчатая	19	150	180	8,85	10,62	9,55	11,46	39,86	47,83	280,00	335,99	0,00	0,00
701/2017м	хлеб пшеничный	5,2	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	104,2	540	610	25,33	27,66	25,12	29,43	79,36	90,63	660,48	753,59	11,93	14,59
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Вариант 8

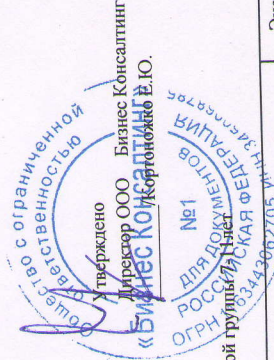
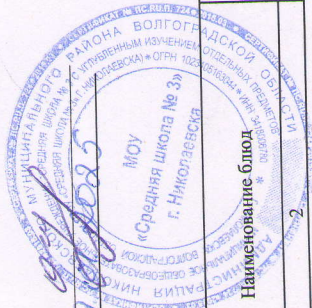
Согласовано
директор



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

№ реп. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет		12-18 лет		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
					Б	Ж	Ж	У							У	с
1	2															
Завтрак																
15/2017м	сыр порциями	18	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	0	0	36	36	0,07	0,07		
14/2017м	масло порциями	14	10	10	0,8	0,8	7,25	7,25	0,13	0,13	66	66	0,04	0,04		
120/2017м	сут молочный с макаронными изделиями	31	250	300	5,47	6,56	4,75	5,70	21,54	21,54	150,00	180,00	0,11	0,11		
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00		
701/2010м	хлеб пшеничный	5,2	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00	0,00		
382/2017м	какао с молоком	16	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,6	118,6	0,3	0,3		
	Итого	104,2	620,0	670,0	16,9	18,0	20,1	21,0	72,2	75,8	550,6	580,6	10,5	10,5		
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680				

Согласовано:
директор



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	Пищевые вещества/л						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			вес блюда 7-11 лет	Б 7-11 лет	Б 12-18 лет	Ж 7-11 лет	Ж 12-18 лет	У 7-11 лет	У 12-18 лет	ккал 7-11 лет	ккал 12-18 лет	с 7-11 лет

Вариант 10

Завтрак													
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда 7-11 лет	Б 7-11 лет	Б 12-18 лет	Ж 7-11 лет	Ж 12-18 лет	У 7-11 лет	У 12-18 лет	Энергет. ценность ккал 7-11 лет	Энергет. ценность ккал 12-18 лет	Витамины (мг) с 7-11 лет	Витамины (мг) с 12-18 лет
271/331/2017м	комлеты домашние с соусом	49	100,0	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00	0,00	
331/2017	соус	5	20,0				31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00	
203/2017м	макаронные отварные с маслом	15	150,0	5,73	6,07	7,28	1,20	16,02	79,80	133,00	0,00	0,00	
701/2010м	хлеб пшеничный	5,2	30	0,07	0,07	0,02	0,02	15	60	60	0,3	0,3	
376/2017м	чай с сахаром	10	200	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	16,32	19,00	19,49	21,18	83,42	572,30	666,60	10,30	10,30	
	Итого	104,2	600										
	Норма завтрака по СанПин 20% ± 5%		500	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		
	Всего за 10 дней		5707,0	206,84	226,43	202,48	221,09	798,69	910,99	5796,35	6515,17	118,43	138,13
	Средний суточный рацион		570,7	20,68	22,64	20,25	22,11	79,87	91,10	579,64	651,52	11,84	13,81
	Норма завтрака по СанПин 20% ± 5%		500	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

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.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2010. - 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 "