

Согласовано:

директор

В.В. Киселев

06 февраля 2023г

Перспективное

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

06.02.2023г

## 10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |   |   |          |           |          | Энергет. ценность |      |
|--------------------|-------------------|-------------|-----------|-----------|---------------------|---|---|----------|-----------|----------|-------------------|------|
|                    |                   |             | 7-11 лет  | 12-18 лет | Б                   | Ж | У | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет         | ккал |

неделя 1 / день 1

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г;-544с. Сборник

Завтрак

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

|           |                                                 |       |     |     |       |       |       |       |       |       |        |        |
|-----------|-------------------------------------------------|-------|-----|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 182/2017м | каша молочная жидкая рисовая с сахаром и маслом | 37,00 | 200 | 250 | 7,71  | 9,63  | 7,90  | 9,88  | 28,70 | 35,88 | 216,74 | 270,88 |
| 399/2017м | блинчики с повидлом                             | 11,51 | 70  | 70  | 3,83  | 3,83  | 5,86  | 5,86  | 18,11 | 18,11 | 140,50 | 140,50 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный                                  | 3     | 30  | 40  | 2,37  | 3,16  | 0,30  | 0,40  | 14,49 | 19,32 | 70,14  | 96,52  |
| 378/2017м | чай с молоком                                   | 13    | 200 | 200 | 1,52  | 1,52  | 2,35  | 2,35  | 15,9  | 15,9  | 90,83  | 90,83  |
|           | Итого                                           | 64,51 | 500 | 560 | 15,43 | 18,14 | 16,41 | 18,49 | 77,2  | 89,21 | 518,21 | 598,73 |

|                                        |  |     |     |            |         |            |       |          |            |           |         |
|----------------------------------------|--|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| 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 |
|----------------------------------------|--|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|

Обед

|              |                                          |         |     |     |       |       |       |       |        |        |        |        |
|--------------|------------------------------------------|---------|-----|-----|-------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|
| 54-7с\2022н  | Суп картофельный с макаронными изделиями | 8       | 200 | 250 | 5,1   | 6,45  | 5,78  | 7,22  | 18,5   | 23,12  | 146,42 | 183,02 |
| 54-12м\2022н | Плов из птицы                            | 30      | 200 | 250 | 12,54 | 15,68 | 19,46 | 24,32 | 17,76  | 22,2   | 296,34 | 337    |
| 349\2017м    | Компот из сухофруктов                    | 15      | 200 | 200 | 0,66  | 0,66  | 0,09  | 0,09  | 32,14  | 32,14  | 132,8  | 132,8  |
| 701\2010 м   | Хлеб пшеничный                           | 3       | 50  | 50  | 3,95  | 3,95  | 0,5   | 0,5   | 24,15  | 24,15  | 116,9  | 116,9  |
| 702\2010 м   | Хлеб ржано-пшеничный                     | 2       | 50  | 50  | 2,8   | 2,8   | 0,55  | 0,55  | 24,7   | 24,7   | 114,95 | 114,95 |
|              | Итого за обед                            | 58,00 Р | 710 | 810 | 25,05 | 29,54 | 26,38 | 32,68 | 117,25 | 126,31 | 807,41 | 884,67 |

|                                     |  |     |     |            |         |            |         |              |              |           |         |
|-------------------------------------|--|-----|-----|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|
| Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5% |  | 700 | 800 | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 |
|-------------------------------------|--|-----|-----|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|

Согласовано:  
директор *Игорь Сергеевич Тимков*  
*И.В.А. Киселева*

утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
*Кортоножко Е.Ю.*

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |           |          |           |          |           | Энергет. ценность |           |
|--------------------|-------------------|-------------|-----------|-----------|---------------------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-------------------|-----------|
|                    |                   |             |           |           | Б                   |           | Ж        |           | У        |           | ккал              |           |
|                    |                   |             | 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 |
| 1                  | 2                 |             |           |           |                     |           |          |           |          |           |                   |           |

неделя 1 / день 2

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи

Завтрак

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

|           |                                        |         |     |     |            |         |            |       |          |            |           |         |
|-----------|----------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| 47/2017м  | капуста квашеная с растительным маслом | 11,51   | 60  | 100 | 1,02       | 1,7     | 2          | 3,3   | 10,07    | 16,67      | 62,36     | 103,93  |
| 271/2017м | котлеты домашние                       | 20      | 90  | 100 | 10,85      | 12,06   | 11,71      | 13,10 | 8,28     | 9,20       | 182,70    | 203,00  |
| 331/2017с | соус сметанный с томатом               | 4       | 20  | 20  | 0,34       | 0,34    | 0,99       | 0,99  | 1,40     | 1,40       | 16,02     | 16,02   |
| 203/2017м | макароны отварные с маслом             | 18      | 150 | 180 | 5,40       | 6,48    | 4,90       | 5,88  | 32,80    | 39,36      | 196,80    | 236,16  |
| 701/2010м | хлеб пшеничный                         | 1       | 30  | 30  | 2,37       | 2,37    | 0,30       | 0,30  | 14,49    | 14,49      | 70,14     | 70,14   |
| 376/2017м | Чай с сахаром                          | 10      | 200 | 200 | 0,07       | 0,07    | 0,02       | 0,02  | 15       | 15         | 60        | 60      |
|           | Итого                                  | 64,51 Р | 550 | 630 | 20,05      | 23,02   | 19,92      | 23,59 | 82,04    | 96,12      | 588,02    | 689,25  |
|           | 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 |

Обед

|              |                                     |         |     |     |            |         |            |         |              |              |           |         |
|--------------|-------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|
| 101/2017м    | Суп картофельный с крупой (пшено)   | 8       | 200 | 250 | 2,0        | 2,4     | 3,9        | 4,9     | 12,5         | 15,6         | 93,1      | 116,4   |
| 54-11р/2022н | Рыба тушеная с овощами              | 23      | 90  | 100 | 11,7       | 13      | 14,44      | 17,26   | 5,3          | 5,88         | 197,96    | 219,9   |
| 171/2017м    | Каша рисовая рассыпчатая с маслом   | 11      | 150 | 180 | 3,7        | 4,43    | 4,8        | 5,86    | 36,5         | 43,8         | 203,5     | 244,2   |
| 377/2017м    | Чай с лимоном                       | 11      | 200 | 200 | 0,13       | 0,13    | 0,02       | 0,02    | 15,2         | 15,2         | 62        | 62      |
| 701/2010 м   | Хлеб пшеничный                      | 3       | 50  | 50  | 3,95       | 3,95    | 0,5        | 0,5     | 24,15        | 24,15        | 116,9     | 116,9   |
| 702/2010 м   | Хлеб ржано-пшеничный                | 2       | 50  | 60  | 2,8        | 3,36    | 0,55       | 0,66    | 24,7         | 29,64        | 114,95    | 137,94  |
|              | Итого за обед                       | 58,00 Р | 740 | 840 | 24,23      | 27,27   | 24,18      | 29,17   | 118,4        | 134,3        | 788,4     | 897,3   |
|              | Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5% |         | 700 | 800 | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 |

Согласовано:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
/И.В. Кисельова/  
06.02.2023г.

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг  
/Кортоножко Е.Ю.

06.02.2023г.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |           |          |           |          |           | Энергет. ценность |           |
|--------------------|-------------------|-------------|-----------|-----------|---------------------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-------------------|-----------|
|                    |                   |             |           |           | Б                   |           | Ж        |           | У        |           | ккал              |           |
| 1                  | 2                 |             | 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 |

неделя 1 / день 3

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах . Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

|                                        |                                                            |         |       |       |            |         |            |       |          |            |           |         |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------|-------|-------|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| 182/2017м                              | каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом | 32,00   | 200   | 250   | 8,20       | 11,25   | 8,96       | 11,20 | 30,14    | 37,67      | 234,00    | 292,50  |
| 338/2017м                              | фрукт свежий (яблоко)                                      | 16,51   | 100   | 100   | 0,40       | 0,40    | 0,40       | 0,40  | 9,80     | 9,80       | 47,00     | 47,00   |
| П.Т                                    | печенье сахарное                                           | 3       | 28    |       | 2,1        |         | 2,7        |       | 14,8     |            | 91,9      |         |
| 701/2010м                              | хлеб пшеничный                                             | 3       | 30    | 50    | 2,37       | 3,95    | 0,30       | 0,50  | 14,49    | 24,15      | 70,14     | 116,90  |
| 379/2017м                              | кофейный напиток с молоком                                 | 10      | 200   | 200   | 4,07       | 4,07    | 4,6        | 4,6   | 13,72    | 13,72      | 112,56    | 112,56  |
|                                        | Итого                                                      | 64,51 Р | 558,0 | 600,0 | 17,1       | 19,7    | 17,0       | 16,7  | 83,0     | 85,3       | 555,6     | 569,0   |
| 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 |

Обед

|                                     |                                               |         |        |        |            |         |            |         |              |              |           |         |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------|---------|--------|--------|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|
| 54-1с2022н                          | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 8       | 200/10 | 250/10 | 2,84       | 3,51    | 5,28       | 6,27    | 7,22         | 8,97         | 88,16     | 107,16  |
| 271/331/2017м                       | котлеты домашние с соусом                     | 16      | 90/20  | 100/20 | 12,15      | 13,51   | 12,55      | 13,94   | 8,76         | 9,74         | 196,59    | 218,43  |
| 203/2017м                           | Макароны отварные с маслом                    | 20      | 150    | 180    | 5,4        | 6,48    | 4,9        | 5,88    | 32,8         | 39,35        | 196,8     | 236,16  |
| 376/2017м                           | Чай с сахаром                                 | 10      | 200    | 200    | 0,07       | 0,07    | 0,02       | 0,02    | 15           | 15           | 60        | 60      |
| 701/2010 м                          | Хлеб пшеничный                                | 2       | 40     | 40     | 3,16       | 3,16    | 0,4        | 0,4     | 19,32        | 19,32        | 93,52     | 93,52   |
| 702/2010 м                          | Хлеб ржано-пшеничный                          | 2       | 50     | 60     | 2,8        | 3,36    | 0,55       | 0,66    | 24,7         | 29,64        | 114,95    | 137,94  |
|                                     | Итого за обед                                 | 58,00 Р | 760    | 860    | 26,42      | 30,09   | 23,7       | 27,17   | 107,8        | 122,02       | 750,02    | 853,21  |
| Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5% |                                               |         | 700    | 800    | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 |

Согласовано:

директор,

Игорь Сергеевич Котоно  
18.08.2018

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

## 10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |           |          |           |          |           | Энергет. ценность |           |
|--------------------|-------------------|-------------|-----------|-----------|---------------------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-------------------|-----------|
|                    |                   |             |           |           | Б                   |           | Ж        |           | У        |           | ккал              |           |
|                    |                   |             | 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 |
| 1                  | 2                 |             |           |           |                     |           |          |           |          |           |                   |           |

## неделя 1 / день 4

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

## Завтрак

|           |                                        |         |     |     |            |         |            |       |          |            |           |         |
|-----------|----------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| 52/2017м  | свекла отварная с растительным маслом  | 7,51    | 60  | 100 | 0,89       | 1,48    | 5,41       | 6,01  | 7,43     | 8,26       | 55,68     | 92,8    |
| 234/2017м | котлета рыбная (минтай)                | 31      | 90  | 100 | 11,78      | 13,09   | 4,68       | 5,20  | 6,74     | 7,48       | 116,20    | 129,11  |
| 331/2017с | соус сметанный с томатом               | 4       | 20  | 20  | 0,34       | 0,34    | 0,99       | 0,99  | 1,40     | 1,40       | 16,02     | 16,02   |
| 171/2017м | каша рисовая рассыпчатая с маслом      | 11      | 150 | 180 | 3,70       | 4,43    | 4,80       | 5,76  | 36,50    | 43,80      | 203,50    | 244,50  |
| 701/2010м | хлеб пшеничный                         | 1       | 30  | 40  | 2,37       | 3,16    | 0,30       | 0,40  | 14,49    | 19,32      | 70,14     | 96,52   |
| 377/2017м | Чай с сахаром и лимоном                | 10      | 200 | 200 | 0,13       | 0,13    | 0,02       | 0,02  | 15,2     | 15,2       | 62        | 62      |
|           | Итого                                  | 64,51 Р | 560 | 640 | 19,21      | 22,63   | 16,2       | 18,38 | 81,76    | 95,46      | 523,54    | 640,95  |
|           | 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 |

## Обед

|              |                                     |         |        |        |            |         |            |         |              |              |           |         |
|--------------|-------------------------------------|---------|--------|--------|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|
| 54-17с\2022н | Суп овощной со сметаной             | 9       | 200/10 | 250/10 | 1,66       | 2,02    | 5,31       | 6,31    | 8,42         | 10,42        | 88,16     | 106,16  |
| 259/2017м    | Жаркое по домашнему                 | 30      | 200    | 250    | 18,1       | 22,62   | 18,7       | 23,4    | 19,2         | 24           | 317,5     | 396,87  |
| 349/2017м    | Компот из сухофруктов               | 15      | 200    | 200    | 0,66       | 0,66    | 0,09       | 0,09    | 32,14        | 32,14        | 132,8     | 132,8   |
| 701/2010м    | Хлеб пшеничный                      | 2       | 40     | 40     | 3,16       | 3,16    | 0,4        | 0,4     | 19,32        | 19,32        | 93,52     | 93,52   |
| 702/2010 м   | Хлеб ржано-пшеничный                | 2       | 50     | 60     | 2,8        | 3,36    | 0,55       | 0,66    | 24,7         | 29,64        | 114,95    | 137,94  |
|              | Итого за обед                       | 58,00 Р | 700    | 810    | 26,38      | 31,82   | 25,05      | 30,86   | 103,78       | 115,52       | 746,93    | 867,29  |
|              | Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5% |         | 700    | 800    | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 |

Согласовано:

директор

*И.В. Калашова*  
06 февраля 2023г.

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

*06.02.2023г.*

## 10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |           |          |           |          |           | Энергет. ценность |           |  |
|--------------------|-------------------|-------------|-----------|-----------|---------------------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-------------------|-----------|--|
|                    |                   |             |           |           | Б                   |           | Ж        |           | У        |           | ккал              |           |  |
|                    |                   |             | 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 |  |
| 1                  | 2                 |             |           |           |                     |           |          |           |          |           |                   |           |  |

неделя 1 / день 5

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи

Завтрак

|           |                                                  |       |       |       |      |       |       |       |       |       |        |        |
|-----------|--------------------------------------------------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 182/2017м | каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром | 33    | 250   | 280   | 9,31 | 10,42 | 10,98 | 12,29 | 39,18 | 43,88 | 292,78 | 327,91 |
| 15/2017м  | сыр твердых сортов (порция)                      | 18,51 | 10    | 10    | 2,30 | 2,30  | 2,90  | 2,90  | 0,00  | 0,00  | 35,87  | 35,87  |
| 701/2010м | хлеб пшеничный                                   | 3     | 40    | 60    | 3,16 | 4,74  | 0,4   | 0,6   | 19,32 | 28,98 | 95,52  | 140,28 |
| 378/2017м | чай с молоком                                    | 10    | 200   | 200   | 1,52 | 1,52  | 2,35  | 2,35  | 15,9  | 15,9  | 90,83  | 90,83  |
|           | Итого                                            | 64,51 | 500,0 | 550,0 | 16,3 | 19,0  | 16,6  | 18,1  | 74,4  | 88,8  | 515,0  | 594,9  |

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 |
|--|--|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|

Обед

|             |                                      |         |     |     |            |         |            |         |              |              |           |         |
|-------------|--------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|
| 53-3с\2022н | Рассольник ленинградский (перловка)  | 8       | 200 | 250 | 1,92       | 2,4     | 5,14       | 6,24    | 13,22        | 16,52        | 106,62    | 133,3   |
| 289\2017м   | Рагу из птицы                        | 30      | 200 | 250 | 13,16      | 16,45   | 17,04      | 21,30   | 17,62        | 22,00        | 276,48    | 345,60  |
| 348\2017 м  | Компот из смеси сухофруктов с изюмом | 15      | 200 | 200 | 1,3        | 1,3     | 0,08       | 0,08    | 33,6         | 33,6         | 140,64    | 140,64  |
| 701\2010 м  | Хлеб пшеничный                       | 3       | 50  | 50  | 3,95       | 3,95    | 0,5        | 0,5     | 24,15        | 24,15        | 116,9     | 116,9   |
| 702\2010м   | Хлеб ржано-пшеничный                 | 2       | 50  | 60  | 2,8        | 3,36    | 0,55       | 0,66    | 24,7         | 29,64        | 114,95    | 137,94  |
|             | Итого за обед                        | 58,00 Р | 700 | 810 | 23,13      | 27,46   | 23,31      | 28,78   | 113,29       | 125,91       | 755,6     | 874,4   |
|             | Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%  |         | 700 | 800 | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 |

Согласовано:

директор

И.В. Мисюта

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножка Е.Ю.

## 10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рсц.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |           |          |           |          |           | Энергет. ценность |           |
|--------------------|-------------------|-------------|-----------|-----------|---------------------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-------------------|-----------|
|                    |                   |             |           |           | Б                   |           | Ж        |           | У        |           | ккал              |           |
| 1                  | 2                 |             | 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 |

неделя 2/ день 6

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник

Завтрак

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах . Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

|               |                                        |         |     |     |            |         |            |       |          |            |           |         |
|---------------|----------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| 101/2004л     | консервы закусочные (икра кабачковая)  | 8,51    | 100 | 100 | 1,63       | 1,63    | 2,82       | 2,82  | 8,72     | 8,72       | 67        | 67      |
| 295/332/2017м | биточки , котлеты куриные              | 20      | 90  | 100 | 9,16       | 10,18   | 10,2       | 11,33 | 6,36     | 7,07       | 133,06    | 147,85  |
| 332/2017м     | соус сметанный с луком                 | 3       | 20  | 20  | 0,32       | 0,32    | 1,17       | 1,17  | 1,41     | 1,41       | 17,5      | 17,5    |
| 203/2017м     | макароны отварные с маслом             | 20      | 150 | 180 | 5,40       | 6,48    | 4,90       | 5,88  | 32,80    | 39,36      | 196,80    | 236,16  |
| 376/2017м     | чай с сахаром                          | 10      | 200 | 200 | 0,07       | 0,07    | 0,02       | 0,02  | 15       | 15         | 60        | 60      |
| 701/2010м     | хлеб пшеничный                         | 3       | 30  | 40  | 2,37       | 3,16    | 0,30       | 0,40  | 14,49    | 19,32      | 70,14     | 96,52   |
|               | Итого                                  | 64,51 Р | 590 | 640 | 18,95      | 21,84   | 19,41      | 21,62 | 78,78    | 90,88      | 544,5     | 625,03  |
|               | 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 |

## Обед

|              |                                     |         |     |     |            |         |            |         |              |              |           |         |
|--------------|-------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|
| 54-25с/2022н | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 8       | 200 | 250 | 4,39       | 5,49    | 4,2        | 6,15    | 13,44        | 16,53        | 111,6     | 136,25  |
| 54-12м/2022н | Плов из птицы                       | 30      | 200 | 250 | 12,54      | 15,68   | 19,46      | 24,32   | 17,76        | 22,2         | 296,34    | 337     |
| 349/2017м    | Компот из сухофруктов               | 15      | 200 | 200 | 0,66       | 0,66    | 0,09       | 0,09    | 32,14        | 32,14        | 132,8     | 132,8   |
| 701/2010 м   | Хлеб пшеничный                      | 3       | 50  | 50  | 3,95       | 3,95    | 0,5        | 0,5     | 24,15        | 24,15        | 116,9     | 116,9   |
| 702/2010м    | Хлеб ржано-пшеничный                | 2       | 50  | 60  | 2,8        | 3,36    | 0,55       | 0,66    | 24,7         | 29,64        | 114,95    | 137,94  |
|              | Итого за обед                       | 58,00 Р | 700 | 810 | 24,34      | 29,14   | 24,80      | 31,72   | 112,19       | 124,66       | 772,59    | 860,89  |
|              | Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5% |         | 700 | 800 | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 |

Согласовано:  
директор *И.В. В. Никитова*  
«06» февраля 2023г.

Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
/Кортоножко Е.Ю.  
«06.02.2023г.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |           |          |           |          |           | Энергет. ценность |           |
|--------------------|-------------------|-------------|-----------|-----------|---------------------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-------------------|-----------|
|                    |                   |             | 7-11 лет  | 12-18 лет | Б                   |           | Ж        |           | У        |           | ккал              |           |
| 1                  | 2                 |             | 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 |

неделя 2 / день 7

Сборник рецептов под редакцией МН Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник

Завтрак

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

|              |                                                 |         |     |     |            |         |            |         |              |              |           |         |
|--------------|-------------------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|
| 181/2017м    | каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом | 24,00   | 200 | 250 | 8,30       | 10,37   | 9,97       | 12,46   | 18,88        | 23,60        | 198,45    | 248,06  |
| 399/2017м    | блинчики с повидлом                             | 11,51   | 70  | 70  | 3,83       | 3,83    | 5,86       | 5,86    | 18,11        | 18,11        | 140,50    | 140,50  |
| 701/2010м    | хлеб пшеничный                                  | 3       | 40  | 50  | 3,16       | 3,95    | 0,4        | 0,5     | 19,32        | 24,15        | 95,52     | 116,9   |
| 338/2017м    | фрукт свежий (яблоко)                           | 16      | 100 | 100 | 0,40       | 0,40    | 0,40       | 0,40    | 9,80         | 9,80         | 47,00     | 47,00   |
| 377/2017м    | Чай с сахаром и лимоном                         | 10      | 200 | 200 | 0,13       | 0,13    | 0,02       | 0,02    | 15,2         | 15,2         | 62        | 62      |
|              | Итого                                           | 64,51   | 610 | 670 | 15,82      | 18,68   | 16,65      | 19,24   | 81,31        | 90,86        | 543,47    | 614,46  |
|              | 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 |
| Обед         |                                                 |         |     |     |            |         |            |         |              |              |           |         |
| 54-28с\2022н | Борщ с капустой и картофелем                    | 8       | 200 | 250 | 1,44       | 1,8     | 3,93       | 4,92    | 8,75         | 10,93        | 83        | 103,75  |
| 54-11р\2022н | Рыба тушеная с овощами                          | 23      | 90  | 100 | 11,7       | 13      | 14,44      | 17,26   | 5,3          | 5,88         | 197,96    | 219,9   |
| 171\2017м    | Каша ячневая рассыпая с маслом                  | 10      | 150 | 180 | 5,9        | 7,08    | 7          | 8,4     | 40,6         | 48,72        | 249,5     | 299,4   |
| 377\2017м    | Чай с лимоном                                   | 13      | 200 | 200 | 0,13       | 0,13    | 0,02       | 0,02    | 15,2         | 15,2         | 62        | 62      |
| 701\2010 м   | Хлеб пшеничный                                  | 2       | 40  | 40  | 3,16       | 3,16    | 0,4        | 0,4     | 19,32        | 19,32        | 93,52     | 93,52   |
| 702\2010 м   | Хлеб ржано-пшеничный                            | 2       | 50  | 50  | 2,8        | 2,8     | 0,55       | 0,55    | 24,7         | 24,7         | 114,95    | 114,95  |
|              | Итого за обед                                   | 58,00 Р | 730 | 820 | 25,13      | 27,97   | 26,34      | 31,55   | 113,9        | 124,8        | 800,9     | 893,5   |
|              | Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%             |         | 700 | 800 | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 |

Согласовано:  
директор: *И.В.В. Киселева*

Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |           |          |           |          |           | Энергет. ценность |           |
|--------------------|-------------------|-------------|-----------|-----------|---------------------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-------------------|-----------|
|                    |                   |             | 7-11 лет  | 12-18 лет | Б                   |           | Ж        |           | У        |           | ккал              |           |
| 1                  | 2                 |             | 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 |

неделя 2 / день 8

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник

Завтрак

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах . Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А

|               |                                        |         |     |     |            |         |            |       |          |            |           |         |
|---------------|----------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| 52/2017м      | свекла отварная с растительным маслом  | 7,51    | 60  | 100 | 0,89       | 1,48    | 5,41       | 6,01  | 7,43     | 8,26       | 55,68     | 92,8    |
| 282/332/2017м | оладьи из печени с морковью            | 20      | 90  | 100 | 12,39      | 13,77   | 9,20       | 10,22 | 12,60    | 14,00      | 182,76    | 203,07  |
| 332/2017м     | соус сметанный с луком                 | 3       | 20  | 20  | 0,32       | 0,32    | 1,17       | 1,17  | 1,41     | 1,41       | 17,5      | 17,5    |
| 310/2017м     | картофель отварной                     | 20      | 150 | 180 | 3          | 3,6     | 0,6        | 0,72  | 23,7     | 28,44      | 112,2     | 134,64  |
| 701/2017м     | хлеб пшеничный                         | 1       | 30  | 40  | 2,37       | 3,16    | 0,30       | 0,40  | 14,49    | 19,32      | 70,14     | 96,52   |
| 376/2017м     | чай каркаде                            | 13      | 200 | 200 | 0,07       | 0,07    | 0,02       | 0,02  | 15       | 15         | 60        | 60      |
|               | Итого                                  | 64,51 Р | 560 | 640 | 19,04      | 22,4    | 16,7       | 18,54 | 74,63    | 86,43      | 498,28    | 604,53  |
|               | 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 |

Обед

|             |                                     |         |     |     |            |         |            |         |              |              |           |         |
|-------------|-------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|
| 54-4с\2022н | Рассольник домашний                 | 8       | 200 | 250 | 1,92       | 2,4     | 5,14       | 6,24    | 13,22        | 16,52        | 106,62    | 133,3   |
| 54-3м\2022н | Голубцы ленивые                     | 20      | 90  | 100 | 9,93       | 11,03   | 12,66      | 14,06   | 5,76         | 6,40         | 176,70    | 196,33  |
| 203\2017м   | Макароны отварные с маслом          | 15      | 150 | 180 | 5,4        | 6,48    | 4,9        | 5,88    | 32,8         | 39,35        | 196,8     | 236,16  |
| 376\2017м   | Чай с сахаром                       | 10      | 200 | 200 | 0,07       | 0,07    | 0,02       | 0,02    | 15           | 15           | 60        | 60      |
| 701\2010 м  | Хлеб пшеничный                      | 3       | 50  | 50  | 3,95       | 3,95    | 0,5        | 0,5     | 24,15        | 24,15        | 116,9     | 116,9   |
| 702\2010 м  | Хлеб ржано-пшеничный                | 2       | 50  | 60  | 2,8        | 3,36    | 0,55       | 0,66    | 24,7         | 29,64        | 114,95    | 137,94  |
|             | Итого за обед                       | 58,00 Р | 740 | 840 | 24,07      | 27,29   | 23,77      | 27,36   | 115,63       | 131,06       | 771,97    | 880,63  |
|             | Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5% |         | 700 | 800 | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 |

Согласовано:  
директор *И.В. Миссирова*  
*06.02.2023*

Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Кортоножко Е.Ю.  
*06.02.2023*

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |   |   |   |   |   | Энергет. ценность |           |
|--------------------|-------------------|-------------|-----------|-----------|---------------------|---|---|---|---|---|-------------------|-----------|
|                    |                   |             | 7-11 лет  | 12-18 лет | Б                   | Ж | У | Б | Ж | У | 7-11 лет          | 12-18 лет |
| 1                  | 2                 |             |           |           |                     |   |   |   |   |   |                   |           |

неделя 2 / день 9

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник  
рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при  
общеобразовательных школах . Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы  
Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи

Завтрак

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

|           |                                        |         |     |     |            |         |            |       |          |            |           |         |
|-----------|----------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| 120/2017м | суп молочный с макаронными изделиями   | 28      | 250 | 300 | 5,47       | 6,90    | 4,75       | 5,70  | 17,95    | 21,54      | 150,00    | 180,00  |
| 14/2017м  | масло порциями                         | 11,51   | 10  | 10  | 0,8        | 0,8     | 7,25       | 7,25  | 0,13     | 0,13       | 66        | 66      |
| П.Т       | печенье топленое молоко                | 12      | 30  | 30  | 5,5        | 5,5     | 6          | 6     | 15,8     | 15,8       | 139,2     | 139,2   |
| 701/2010м | хлеб пшеничный                         | 3       | 40  | 40  | 3,16       | 3,16    | 0,40       | 0,40  | 19,32    | 19,32      | 96,52     | 96,52   |
| 379/2017м | кофейный напиток с молоком             | 10      | 200 | 200 | 4,07       | 4,07    | 4,6        | 4,6   | 13,72    | 13,72      | 112,56    | 112,56  |
|           | Итого                                  | 64,51 Р | 530 | 580 | 19,0       | 20,4    | 23,0       | 24,0  | 66,9     | 70,5       | 564,3     | 594,3   |
|           | 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 |

Обед

|           |                                     |         |     |     |            |         |            |         |              |              |           |         |
|-----------|-------------------------------------|---------|-----|-----|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|
| 101\2017м | Суп картофельный с крупой (пшено)   | 8       | 200 | 250 | 1,95       | 2,4     | 3,9        | 4,9     | 12,5         | 15,6         | 93,1      | 116,4   |
| 259\2017м | Жаркое по домашнему                 | 30      | 200 | 250 | 18,1       | 22,62   | 18,7       | 23,4    | 19,2         | 24           | 317,5     | 396,87  |
| 376\2017м | Чай с Каркаде                       | 14      | 200 | 200 | 0,07       | 0,07    | 0,02       | 0,02    | 15           | 15           | 60        | 60      |
| 701\2010м | Хлеб пшеничный                      | 3       | 50  | 50  | 3,95       | 3,95    | 0,5        | 0,5     | 24,15        | 24,15        | 116,9     | 116,9   |
| 702\2010м | Хлеб ржано-пшеничный                | 3       | 50  | 60  | 3,36       | 3,36    | 0,66       | 0,66    | 29,64        | 29,64        | 137,94    | 137,94  |
|           | Итого за обед                       | 58,00 Р | 700 | 810 | 27,43      | 32,40   | 23,75      | 29,45   | 100,50       | 108,41       | 725,4     | 828,1   |
|           | Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5% |         | 700 | 800 | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 |

Согласовано:

директор

*И.В. Мисюкова*

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

*Кортоножко Е.Ю.*

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |           |          |           |          |           | Энергет. ценность |           |
|--------------------|-------------------|-------------|-----------|-----------|---------------------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-------------------|-----------|
|                    |                   |             |           |           | Б                   |           | Ж        |           | У        |           | ккал              |           |
|                    |                   |             | 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 |

неделя 2 / день 10

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной.- М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

|              |                                        |       |     |     |            |         |            |       |          |            |           |         |
|--------------|----------------------------------------|-------|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| 47/2017м     | капуста квашеная с растительным маслом | 11,51 | 60  | 100 | 1,02       | 1,7     | 2          | 3,3   | 10,07    | 16,67      | 62,36     | 103,93  |
| 54-12м/2022н | Плов из птицы                          | 37    | 175 | 200 | 10,66      | 12,54   | 16,54      | 19,46 | 8,88     | 17,76      | 251,88    | 296,34  |
| 377/2017м    | Чай с сахаром и лимоном                | 10    | 200 | 200 | 0,13       | 0,13    | 0,02       | 0,02  | 15,2     | 15,2       | 62        | 62      |
| П.Т          | печенье сахарное                       | 3     | 28  |     | 2,1        |         | 2,7        |       | 14,8     |            | 91,9      |         |
| 701/107м     | хлеб пшеничный                         | 3     | 40  | 50  | 3,16       | 3,95    | 0,4        | 0,5   | 19,32    | 24,15      | 95,52     | 116,9   |
|              | Итого                                  | 64,51 | 503 | 550 | 17,07      | 18,32   | 21,66      | 23,28 | 68,27    | 73,78      | 563,66    | 579,17  |
|              | 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 |

Обед

|             |                                          |         |          |          |            |         |            |         |              |              |           |          |
|-------------|------------------------------------------|---------|----------|----------|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|----------|
| 54-7с/2022н | Суп картофельный с макаронными изделиями | 8       | 200      | 250      | 5,1        | 6,45    | 5,78       | 7,22    | 18,5         | 23,12        | 146,42    | 183,02   |
| 289/2017м   | Рагу из птицы                            | 37      | 200      | 250      | 13,16      | 16,45   | 17,04      | 21,30   | 17,62        | 22,00        | 276,48    | 345,60   |
| 348/2017 м  | Компот из смеси сухофруктов и кураги     | 15      | 200      | 200      | 1,3        | 1,3     | 0,08       | 0,08    | 33,6         | 33,6         | 140,64    | 140,64   |
| 701/2010 м  | Хлеб пшеничный                           | 3       | 50       | 50       | 3,95       | 3,95    | 0,5        | 0,5     | 24,15        | 24,15        | 116,9     | 116,9    |
| 702/2010м   | Хлеб ржано-пшеничный                     | 2       | 50       | 60       | 2,8        | 3,36    | 0,55       | 0,66    | 24,7         | 29,64        | 114,95    | 137,94   |
|             | Итого за обед                            | 65,00 Р | 700      | 810      | 26,31      | 31,51   | 23,95      | 29,76   | 118,57       | 132,51       | 795,4     | 924,1    |
|             | Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%      |         | 700      | 800      | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952  |
|             |                                          |         |          |          |            |         |            |         |              |              |           |          |
|             |                                          |         |          |          |            |         |            |         |              |              |           |          |
|             | Итого за весь период                     |         | 5 461,00 | 6 060,00 | 178,00     | 204,11  | 183,54     | 201,93  | 768,26       | 867,35       | 5 414,56  | 6 110,25 |
| ЗАВТРАК     | Среднее значение за период               |         | 546,1    | 606      | 17,80      | 20,41   | 18,35      | 20,19   | 76,83        | 86,74        | 541,46    | 611,03   |

|      |                                        |  |      |      |            |         |            |         |              |              |           |         |
|------|----------------------------------------|--|------|------|------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|-----------|---------|
|      | 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 |
|      |                                        |  |      |      |            |         |            |         |              |              |           |         |
|      | Итого за весь период                   |  | 7180 | 8220 | 252,49     | 294,49  | 245,23     | 298,50  | 1 121,24     | 1 245,44     | 7714,68   | 8764,08 |
| ОБЕД | Среднее значение за период             |  | 718  | 822  | 25,249     | 29,449  | 24,523     | 29,85   | 112,124      | 124,544      | 771,468   | 876,408 |
|      | Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%    |  | 700  | 800  | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 |

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - 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. Скурутин И.М., Тутельман В.А.

САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 504074246255880625918708617174458765454418972477

Владелец Кислова Валерия Викторовна

Действителен с 24.05.2023 по 23.05.2024