

Согласовано:



директор школы № 4 г. Котова
/ В. В. Киселова /
06.02.2023

Утверждаю:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.



Перспективное
10-ти дневное меню для обеспечения платным питанием обучающихся
(горячие обеды, 60 руб.)

Меню составлено:

- Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В. Г. Лашинной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Гутельяна. - М.: Дели плюс, 2017 - 544с.
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Гутельяна. - М.: Дели плюс, 2010 - 544с.
- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М. Гутельян В.А.
- САНИПН 1.2.1.85-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"

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

№ рецепта по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергетическая ценность	
				Б		Ж		У		ккал	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
Вариант 1											
Обед											
71\2017м	Огурец свежий	20	20	0,11	0,11	0,016	0,016	0,31	0,31	2	2
290\3302017м	Птица тушеная в сметанном соусе	80	80	9,42	9,42	8,09	8,09	2,34	2,34	120	120
171\2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	100	100	4,44	4,44	6,11	6,11	26,14	26,14	176	176
376\2017м	чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701\2017 м	Хлеб пшеничный	20	20	2,5	2,5	1,24	1,24	11,64	11,64	73,3	73,3
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,68	1,68	0,3	0,3	11,6	11,6	58,4	58,4
	Итого	440	440	18,22	18,22	15,776	15,776	67,03	67,03	489,7	489,7



Согласовано

директор Леконцева И.А.
1/В.В. Кислова
06.02.2023г

Утверждаю:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножка Е.Ю.

06.02.2023г



Сборник рецептур на кулинарные изделия для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной - М.: Хлебродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2017. - 544с.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2010. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

САНПИН Г 2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

10-ти дневное меню для обеспечения платным питанием обучающихся

(горячие обеды, 60 руб.)

№ рецептур по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	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
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
Вариант 2											
Обед											
71/2017м	Томатный свежий	20	20	0,22	0,22	0,033	0,033	0,76	0,76	4,4	4,4
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	60/20	60/20	6,00	6,00	3,96	3,96	4,32	4,32	88,00	88,00
203/2017м	Макароны отварные с маслом	100	100	5,73	5,73	6,08	6,08	31,96	31,96	205,5	205,5
376/2017м	чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701/2010 м	Хлеб пшеничный	20	20	2,5	2,5	1,24	1,24	11,64	11,64	73,3	73,3
	Итого	420	420	14,52	14,52	11,333	11,333	63,68	63,68	431,2	431,2

Согласовано:

директор МБОУ СОШ № 4 г. Комога

В.В. Киселова

06.02.2023г

Утверждаю:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

06.02.2023г



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

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мотильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делта плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мотильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делта плюс, 2010. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Делта плюс, 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"

10-ти дневное меню для обеспечения платным питанием обучающихся

(горячие обеды, 60 руб.)

№ рец по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	ккел
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Вариант 3											
Обед											
101/2004л	Икра кабачковая	20	20	0,32	0,32	3,25	3,25	0,63	0,63	12,48	12,48
229/2017м	Рыба тушеная с овощами	100	100	9,75	9,75	4,96	4,96	3,8	3,8	105	105
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	100	100	2,44	2,44	5,02	5,02	25,37	25,37	156	156
376/2017м	чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701/2010 м	Хлеб пшеничный	20	20	2,5	2,5	1,24	1,24	11,64	11,64	73,3	73,3
	Итого	440	440	15,08	15,08	14,49	14,49	56,4	56,4	406,8	406,8

Согласовано:

директор МКОУ СШ № 4 г. Томола
И.В. Киселова
 06.02.2023г.

Утверждаю

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

06.02.2023г.

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Г. Липоной. - М.: Хлебпродинформ, 2001. - 544с.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.И. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.И. 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".

10-ти дневное меню для обеспечения платным питанием обучающихся

(горячие обеды, 60 руб.)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	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
Вариант 5											
Обед											
23/2017м	Нарезка овощная (огурец, помидор свежий)	15/15	15/15	0,05	0,05	0,05	0,05	3,04	3,04	7,2	7,2
297/331/2017м	Фрикадельки с соусом	60/20	60/20	8,73	8,73	6,01	6,01	6,81	6,81	120,32	120,32
203/2017м	Макароны отварные с маслом	100	100	5,73	5,73	6,08	6,08	31,96	31,96	205,5	205,5
376/2017м	чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701/2010 м	Хлеб пшеничный	20	20	2,5	2,5	1,24	1,24	11,64	11,64	73,3	73,3
	Итого	430	430	17,08	17,08	13,40	13,40	68,45	68,45	466,3	466,3

Согласовано:

директор МКОУ СШ № 4, Комово
И.В.В. Жидкова
 06.02.2023г

Утверждаю:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

06.02.2023г

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. Гутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Гутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2010. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихина И.М., Гутельян В.А.

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

**10-ти дневное меню для обеспечения платным питанием обучающихся
 (горячие обеды, 60 руб.)**

№ рец. по сбор	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	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
Вариант 6											
Обед											
33/2011 м	Свекла отварная с растительным маслом	30	30	0,43	0,43	1,85	1,85	2,51	2,51	28,2	28,2
289/2017м	Рагу с игницей	180	180	13,57	13,57	12,22	12,22	15,63	15,63	227,31	227,31
376/2017м	чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701/2010 м	Хлеб пшеничный	20	20	2,5	2,5	1,24	1,24	11,64	11,64	73,3	73,3
	Итого	430	430	16,57	16,57	15,33	15,33	44,78	44,78	388,76	388,76



Согласовано:
 директор Лексус Сервис и Торговля
 И.В. Киселов
 06.02.2023

Утверждаю:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Кортоножко Е.Ю.
 06.02.2023



- 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.
- 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".

10-ти дневное меню для обеспечения платным питанием обучающихся
 (горячие обеды, 60 руб.)

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества:/						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	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
Вариант 7											
Обед											
101\2004л	Икра кабачковая	20	20	0,32	0,32	3,25	3,25	0,63	0,63	12,48	12,48
229\2017м	Рыба тушеная с овощами	100	100	9,75	9,75	4,96	4,96	3,8	3,8	105	105
171\2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	100	100	2,44	2,44	5,02	5,02	25,37	25,37	156	156
376\2017м	чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701\2010 м	Хлеб пшеничный	20	20	2,5	2,5	1,24	1,24	11,64	11,64	73,3	73,3
	Итого	440	440	15,08	15,08	14,49	14,49	56,4	56,4	406,8	406,8



Согласовано:

директор Лексус Сервис, Комово
/ В.В. Киселева /
06.02.2023

Утверждаю

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножка Е Ю

06.02.2023



Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.И. Лапшиной. - М.: Хлебиздлицформ, 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".

**10-ти дневное меню для обеспечения платным питанием обучающихся
(горячие обеды, 60 руб.)**

№ рец по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	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
Вариант 8											
Обед											
71\2017м	Помидор свежий	20	20	0,22	0,22	0,033	0,033	0,76	0,76	4,4	4,4
271\331\2017м	котлеты домашние с соусом	60\20	60\20	10,80	10,80	7,12	7,12	7,79	7,79	158,40	158,40
203\2017м	Макароны отварные с маслом	100	100	5,73	5,73	6,08	6,08	31,96	31,96	205,5	205,5
376\2017м	чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701\2010 м	Хлеб пшеничный	20	20	2,5	2,5	1,24	1,24	11,64	11,64	73,3	73,3
	Итого	420	420	19,32	19,32	14,493	14,493	67,15	67,15	501,6	501,6



Согласовано:

директор МБОУ СОШ № 4 с. Котлово
В.В. Киселева
 06.02.2023г.

Утверждаю:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Костюкова Е.Ю.

06.02.2023г.



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

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делфи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делфи плюс, 2010. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник - М.: Делфи 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".

**10-ти дневное меню для обеспечения платным питанием обучающихся
 (горячие обеды, 60 руб.)**

№ рец по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	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
Вариант 9											
Обед											
23/2017м	Нарезка овощная (огурец, помидор свежий)	15/15	15/15	0,05	0,05	0,05	0,05	3,04	3,04	7,2	7,2
26/2017м	Печень тушенная в соусе	80	80	10,24	10,24	7,29	7,29	3,53	3,53	132	132
17/2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	100	100	4,44	4,44	6,11	6,11	26,14	26,14	176	176
376/2017м	чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
70/2010м	Хлеб пшеничный	20	20	2,5	2,5	1,24	1,24	11,64	11,64	73,3	73,3
	Всего	430	430	17,30	17,30	14,71	14,71	59,35	59,35	448,5	448,5



Составлено:

Директор ООО «СМ» г. Минск
 В.В. Киселов
 06.02.2023г

Утверждаю:

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Кортонюжко Е.Ю.

06.02.2023г



- Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Паншиной. - М.: Хлебродинформ, 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.
- САНПИИ 1.2.3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

**10-ти дневное меню для обеспечения платным питанием обучающихся
 (горячие обеды, 60 руб.)**

№ рец по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	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
Вариант 10											
Обед											
17К стр 610 сб. р.	Зеленый горошек консервированный	20	20	0,6	0,6	0,47	0,47	0,75	0,75	8,42	8,42
294\2017м	Котлеты рубленые из птицы с соусом	60/20	60/20	10,84	10,84	12,84	12,84	13,008	13,008	210,6	210,6
310\2017м	Картофель отварной с маслом	100	100	2,02	2,02	3,96	3,96	13,98	13,98	105	105
376\2017м	чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,68	1,68	0,3	0,3	11,6	11,6	58,4	58,4
	Итого	420	420	15,21	15,21	17,59	17,59	54,338	54,338	442,4	442,4
	Всего за 10 дней			166,9	166,9	147,86	147,86	609,23	609,23	4495,38	4495,38
	Средний суточный рацион	431	431	16,6913	16,6905	14,786	14,786	60,923	60,923	449,538	449,538

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504074246255880625918708617174458765454418972477

Владелец Кислова Валерия Викторовна

Действителен с 24.05.2023 по 23.05.2024