

Согласовано:

Директор _____

Утверждено:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

№1 /Кортоножко Е.Ю

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

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПин 23/2.4.3590-20 Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПин 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9 В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов. В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.

Согласовано:

Директор _____



Утверждено:

«Бизнес Консалтинг» Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Королёв Е.Ю.

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена рубли
			Б	Ж	У		
День/неделя: Понедельник-1							

Завтрак

1/2017 М	Бутерброд с маслом	60	5,31	11,24	22,33	211,72	18,2
54-18к/2022Н	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,54	17,86	134,3	22
54-2гн/2022	Какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	15
701/2010М	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
389/2017М	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	15
Итого за _Завтрак		580	17,45	19,98	54,46	541,5	73,2

День/неделя: Вторник-1

		Завтрак					
131/2017М	Консервы закусошные (зеленый горошек консервированный)	60	1,7	0,1	5,7	29,6	18,2
211/2017М	Омлет с сыром	150	19	18,17	10,8	282,73	27
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	5
П.Т	Печенье	20	0,99	1,083	17,95	85,52	5
701/2017М	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
389/2017М	Фрукты	100	0,4	0,3	10,3	47	15
Итого за завтрак		550	23,87	19,853	64,79	533,99	73,2

День/неделя: Среда-1

Завтрак								
70/71/2017М	Овоши по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	18,2	
271/331/2017М	Котлеты домашние с соусом сметанным с томатом 90/20	110	10,26	13,15	9,29	196,86	30	
203/2017М	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,77	6,07	31,98	205,5	10	
П.Т	Мармелад	15	0,015	0	12,91	51,7	6	
701/2010М	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3	
54-3гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	6	
	Итого за завтрак	555	18,405	19,48	75,44	550,34	73,2	

День/неделя: Четверг-1

завтрак								
3 /2017М	Бутерброд с сыром 40/5/15	60	6,96	9,96	17,79	188,4	18,2	
188М, 327/2017М	Запеканка рисовая с творогом с соусом	150	9,49	6,82	42,18	268,06	32	
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	5	
701/2017М	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3	
389/2017М	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	15	
	Итого за завтрак	530	18,63	17,38	89,81	592,6	73,2	

День/неделя: Пятница-1

завтрак							
70/71/2017М	Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,1	12,8	18,2
246/2017М	Гуляш из отварного мяса	100	13,36	12,08	6	186,16	30
171/2017М	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,29	8,95	37,07	261,99	10
54-3гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	6
423/2017М	Булочка с орехами "Алтайская"	50	2,2	2,49	27,83	142,53	6
701/2017М	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
	Итого за завтрак	580	26,4	23,78	93,24	693,76	73,2

Согласовано:
Директор _____

Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
№ _____
Кортоножко Е.Ю.



№ респ.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена рубли
			Б	Ж	У		
День/неделя: Понедельник-2							

завтрак							
70/71/2017М	Овощи по сезону в нарезке(огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	18,2
54-14р/2022н	Котлеты рыбные "Любительские"	90	10,9	8	6,1	140	30
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,7	4,8	36,5	208	12
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	5
П.Т	Печенье галетное	10	0,78	0,78	8,43	43,86	5
701М	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
	Итого за завтрак	530	18,64	13,84	72,09	487	73,2

День/неделя: Вторник-2								
завтрак								
181/2017М	Каша жидкая молочная манная	200	5,55	9,74	38,5	264,55	18,2	
399/2017М	Блинчики с сгущенным молоком 50/20	70	3,91	2,08	24,85	133	30	
54-3гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	6	
389/2017М	Фрукты	150	2,25	0,75	31,5	144	19	
Итого за завтрак		620	12,01	12,57	105,43	585,07	73,2	

День/неделя: Среда-2

завтрак							
70/71/2017М	Овоши по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,1	12,8	18,2
255/2017М	Печень по Стругановские	100	10,26	10,09	8,52	165,93	22
171/2017М	Каша пшеничная	150	8,1	6,84	40,06	254	10
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	5
701/2010М	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
389/2017М	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	15
	Итого за завтрак	630	21,21	17,59	80,52	568,87	73,2

День/неделя: Четверг-2							
Завтрак							
70/71/2017М	Овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	18,2
301 /2017М	Кнели из кур с рисом	90	11,24	11,93	10,06	192,97	36
171/2017М	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,7	4,8	36,5	208	10
54-3гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	6
701/2010М	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
	Итого за завтрак	520	18,3	16,99	67,82	497,25	73,2

День/неделя: Пятница-2							
завтрак							18,2
3/2017 М	Бутерброд с сыром 40/5/15	60	6,96	9,96	17,79	188,4	30
54-16 к/2022Н	Каша "Дружба"	200	6	3,93	43,33	233	6
54-45гн/2022Н	Чай Каркаде с сахаром	200	0,16	0,08	7,18	30,08	3
701/2010М	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	16
389/2017М	Фрукты	100	0,4	0,3	10,3	47	73,2
	Итого за Завтрак	520	15,1	14,47	88,26	545,24	
		15,4-19,25 15,8-19,75 67-83,75 470-587,5					
	Итого за завтрак	190,015	175,933	791,86	5595,62		
	Среднее значение за завтрак	19,0015	17,5933	79,186	559,562		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443889

Владелец Исаева Галина Валерьевна

Действителен с 29.05.2025 по 29.05.2026