

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся ОВЗ группы

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

Неделя 1/ день 1

Завтрак

54-16к\2022н	каша молочная "Дружба" вязкая из риса и пшена	20	250	9,8	11,52	49,38	340
399\2017м	блинчики с молоком стуженным 50/20	21	70	3,91	4,88	17,85	130,96
338\2017	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,4	0,4	9,54	44,4
701\2010	хлеб пшеничный	3,3	50	3,9	0,5	24,1	116,8
54-2гн\2022н	чай с сахаром	5	200	0,2	0	10,38	42,38
	Итого	64,3	670	18,21	17,3	111,25	674,54
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

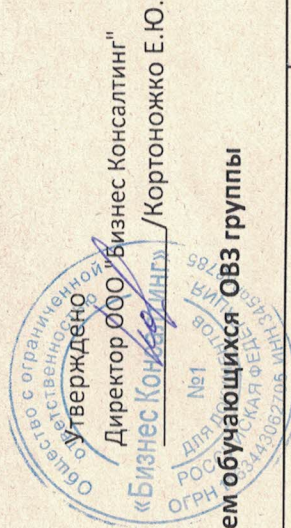
Обед

101\2004л	консервы закусовые (икра кабачковая)	12	100	2,71	4,7	14,53	111,67
54-1с\2022н	щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и птицей	14	200/10/10	3,13	6,77	7,77	105,25
255\2017м	печень по-строгановски	27	100	13,25	11,22	3,52	185
171\2017м	каша рисовая рассыпчатая	15	180	4,44	5,76	43,8	244,2
54-5хн\2022н	компот и свежих плодов	6	200	0,2	0,1	10,6	44,1
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	2,1	30	1,68	0,33	14,82	68,97
701\2010м	хлеб пшеничный	3,1	40	3,12	0,4	19,28	93,44
	Итого	79,2	870	28,53	29,28	114,32	852,63
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	143,5	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:

директор МКОУ Садовская СОШ
 МБОУ МКОУ Садовская СОШ
 Садовская ООШ



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 «Бизнес Консалтинг»
 Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся ОВЗ группы

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

Неделя 1/ день 3

Завтрак

71\70\2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	12	100	1,1	1	3,8	22
54-3м\2022н	голубцы ленивые	28	100	13	15,22	13,33	242,33
203\2017м	макароны отварные с маслом	15	180	6,48	5,88	39,56	236,16
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	3,3	50	2,8	0,55	24,7	114,95
54-45гн\2022н	чай каркаде	6	200	0,16	0,08	7,18	30,08
	Итого	64,3	630	23,54	22,73	88,57	645,52
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

47\2017	капуста квашеная с растительным маслом	12	100	1,7	5	8,454	85,7
101\2017м	Суп картофельный с крупой (пшено) с птицей	14	200/10	4,57	2,87	10,13	88,72
289\2017м	рагу с птицей	43	250	16,12	19,63	40,77	404,23
54-4хн\2022н	компот из изюма	5	200	0,4	0,1	18,4	75,8
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	2,1	30	1,68	0,33	14,82	68,97
701\2010м	хлеб пшеничный	3,1	40	3,12	0,4	19,28	93,44
	Итого	79,2	830	27,59	28,33	111,854	816,86
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	143,5	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:

Директор И.И. Садырбеков ООШ

И.И. Садырбеков



Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
И.И. Садырбеков Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся ОВЗ группы

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Неделя 1/ день 4

Завтрак

183\2017м	каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	25	250	11,31	14,2	39,12	329,52
338\2017	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,4	0,4	9,54	44,4
П.Т	кондитерское изделие	19,3	50	6,54	4,04	19,37	140
54-2гн\2022н	чай с сахаром	5	200	0,2	0	10,38	42,38
	Итого	64,3	600	18,45	18,64	78,41	556,3
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

52\2017м	свекла отварная с растительным маслом	12	100	1,48	6,01	8,26	92,8
54-17с\2022н	суп овощной со сметаной с птицей	14	200/10/10	1,66	5,31	8,42	88,16
229\2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	27	100	16,5	9,9	7,5	185,1
128\2017м	картофельное пюре	15	180	3,84	10,08	23,76	201,12
54-5хн\2022н	компот и свежих плодов	6	200	0,2	0,1	10,6	44,1
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	2,1	30	1,68	0,33	14,82	68,97
701\2010м	хлеб пшеничный	3,1	40	3,12	0,4	19,28	93,44
	Итого	79,2	870	28,48	32,13	92,64	773,69
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	143,5	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 (Кортоножко Е.Ю.)

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся ОВЗ группы

№ рецептур по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	

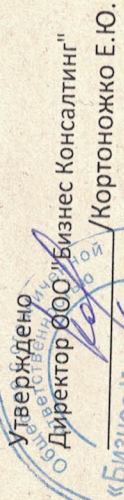
Неделя 1/ день 5

Завтрак

71\70\2017М	овощи по сезону в нарезке(огурцы)	12	100	0,58	0,083	1,58	10
291\2017М	плов из птицы	43	250	19	19,75	45,25	434,75
54-1хн\2022н	компот из сухофруктов	6	200	0,5	0	19,8	81,2
701\2010М	хлеб пшеничный	3,3	50	3,9	0,5	24,1	116,8
	Итого	64,3	600	23,98	20,333	90,73	642,75
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

101\2004л	консервы закусочные (икра кабачковая)	12	100	2,71	4,7	14,53	111,67
53-3с\2022н	рассольник ленинградский (перловка)	14	200/10/5	4,74	5,8	13,62	125,52
54-9м\2022н	на курином бульоне со сметаной	42	250	25,12	23,38	21,5	397,5
54-1хн\2022н	жаркое по домашнему	6	200	0,5	0	19,8	81,2
702\2010 м	компот из сухофруктов	2,1	30	1,68	0,33	14,82	68,97
701\2010М	хлеб ржано-пшеничный	3,1	40	3,12	0,4	19,28	93,44
	Итого	79,2	835	37,87	34,61	103,55	878,3
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	143,5	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся ОВЗ группы

№ рецептур	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2						

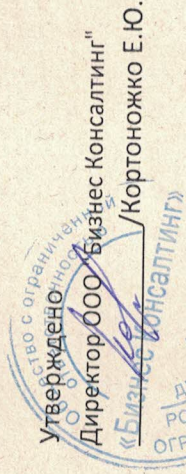
Неделя 2/ день 6

Завтрак

181\2017	каша манная молочная жидкая с сахаром и маслом	20	250	8,5	12,75	37,25	297,75
399\2017м	блинчики с молоком сгущенным 50/20	21	70	3,91	4,88	17,85	130,96
338\2017	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,4	0,4	9,54	44,4
701\2010м	хлеб пшеничный	3,3	50	3,9	0,5	24,1	116,8
54-2гн\2022н	чай с сахаром	5	200	0,2	0	10,38	42,38
	Итого	64,3	670	16,91	18,53	99,12	632,29
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

71\70\2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	12	100	1,1	1	3,8	22
54-25с\2022н	суп картофельный с бобовыми (горох)с птицей	14	200/10	7,39	4,9	13,885	131,72
54-3м\2022н	голубцы ленивые	28	100	13	15,22	13,33	242,33
203\2017м	макароны отварные с маслом	15	180	6,48	5,88	39,56	236,16
54-5хн\2022н	компот и свежих плодов	6	200	0,2	0,1	10,6	44,1
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	2,1	30	1,68	0,33	14,82	68,97
701\2010м	хлеб пшеничный	3,1	40	3,12	0,4	19,28	93,44
	Итого	80,2	860	32,97	27,83	115,275	838,72
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	144,5	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: директор МБСУ Садовская СОШ
И.И. Садовская

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся ОВЗ группы

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

Неделя 2/ день 7

Завтрак

52\2017м	свекла отварная с растительным маслом	12	100	1,48	6,01	8,26	92,8
295\2017м	котлеты рубленные из кур	28	100	10,66	10,55	14,89	197,22
171\2017	каша гречневая рассыпчатая	15	180	9,96	7,56	43,2	280,44
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	3,3	30	1,68	0,33	14,82	68,97
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	6	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	64,3	610	24,08	24,45	91,75	682,95
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

71\70\2017м	овощи по сезону в нарезке(огурцы)	12	100	0,58	0,083	1,58	10
54-28с\2022н	борщ с капустой и картофелем с птицей и сметаной	14	200/10/10	4,68	5,95	9,62	117,28
229\2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	27	100	16,5	9,9	7,5	185,1
128\2017м	картофельное пюре	15	180	3,84	10,08	23,76	201,12
54-1хн\2022н	компот из сухофруктов	6	200	0,5	0	19,8	81,2
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	2,1	30	1,68	0,33	14,82	68,97
701\2010м	хлеб пшеничный	3,1	40	3,12	0,4	19,28	93,44
	Итого	79,2	870	30,9	26,743	96,36	757,11
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	143,5	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:

Директор МБОУ "Садковской ООШ" Мацурко И.И.

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся ОВЗ группы

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда	Пищевые вещества/г/		Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	
1	2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

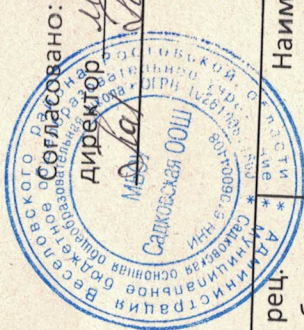
Неделя 2/ день 8

Завтрак

71\70\2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	12	100	1,1	1	3,8	22
279\331\2017м	тефтели с рисом и соусом	28	100/30	9,95	14,31	8,51	204,86
203\2017	макароны отварные с маслом	15	180	6,48	5,88	39,56	236,16
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	3,3	50	2,8	0,55	24,7	114,95
54-45гн\2022н	чай каркаде	6	200	0,16	0,08	7,18	30,08
	Итого	64,3	660	20,49	21,82	83,75	608,05
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

101\2004л	консервы закусочные (икра кабачковая)	12	100	2,71	4,7	14,53	111,67
54-4с\2022н	рассольник домашний с птицей	15	200/10	4,74	5,8	13,62	125,52
255\2017м	печень по-строгановски	27	100	13,25	11,22	3,52	185
139\2017м	капуста тушеная	15	180	3,18	5,73	12,3	120,12
54-13хн\2022н	напиток из шиповника	5	200	0,6	0,2	15,2	65,2
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	2,1	30	1,68	0,33	14,82	68,97
701\2010м	хлеб пшеничный	3,1	40	3,12	0,4	19,28	93,44
	Итого	79,2	860	29,28	28,38	93,27	769,92
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	143,5	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:
 Директор М.В. Садковской ООО
М.В. Сацуенко и.и.

Утверждено:
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся ОВЗ группы

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

Неделя 2/ день 9

Завтрак

182\2017	каша молочная овсяная жидкая с маслом и сахаром	24	250	10,5	15,62	55,5	404,58
338\2017	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,4	0,4	9,54	44,4
П.Т	кондитерское изделие	20,3	50	6,54	4,04	19,37	140
54-2гн\2022н	чай с сахаром	5	200	0,2	0	10,38	42,38
	Итого	64,3	600	17,64	20,06	94,79	631,36
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

71\70\2017м	овощи по сезону в нарезке(огурцы)	12	100	0,58	0,083	1,58	10
54-7с\2022н	суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	14	200/10	5,1	5,78	18,5	146,42
54-9м\2022н	жаркое по домашнему	43	250	25,12	23,38	21,5	397,5
54-4хн\2022н	компот из изюма	5	200	0,4	0,1	18,4	75,8
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	2,1	30	1,68	0,33	14,82	68,97
701\2010м	хлеб пшеничный	3,1	40	3,12	0,4	19,28	93,44
	Итого	79,2	830	36	30,073	94,08	792,13
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	143,5	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:

директор *Ирина Владимировна ООИ*
Ирина Владимировна ООИ



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся **ОВЗ группы**

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/ккал			Энергет. ценность 12-18 лет
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2						

Неделя 2/ день 10

Завтрак

131\2017м	консервы закусочные (зеленый горошек)	12	100	2,83	0,16	5,8	36,83
289\2017м	рагу с птицей	43	250	16,12	19,63	40,77	404,23
701\2010	хлеб пшеничный	3,3	50	3,9	0,5	24,1	116,8
54-1хн\2022н	компот из сухофруктов	6	200	0,5	0	19,8	81,2
	Итого	64,3	600	23,35	20,29	90,47	639,06
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

47\2017	капуста квашеная с растительным маслом	12	100	1,7	5	8,454	85,7
54-20с\2022н	суп картофельный с рыбой	14	200/20	8,38	2,6	14,6	115,38
291\2017м	плов из птицы	42	250	19	19,75	45,25	434,75
54-1хн\2022н	компот из сухофруктов	6	200	0,5	0	19,8	81,2
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	2,1	30	1,68	0,33	14,82	68,97
701\2010м	хлеб пшеничный	3,1	40	3,12	0,4	19,28	93,44
	Итого	79,2	840	34,38	28,08	122,204	879,44
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	143,5	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952

завтрак	Всего за 10 дней	6270	212,06	207,883	918,474	6385,31
	Средний суточный рацион	627	21,206	20,7883	91,8474	638,531
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
обед	Всего за 10 дней	8545	313,41	292,239	1065,603	8199,85
	Средний суточный рацион	854,5	31,341	29,2239	106,5603	819,985
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952

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. 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. 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".