



Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Коренько Е.Ю.



Перспективное

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы 1-4 классов (горячий завтрак + полдник)

Меню составлено на основании:

Сборник рецептов и кулинарных изданий 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 редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельмана. - М.: Дели плюс, 2017г. - 544с

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

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



Согласовано:

Директор

ФИО *Горюха Н.Н.*

Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Корголюк Е.Ю.

Понедельник

Дата

№ рец.	по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
					б	у	6	
1		2		3	4	5	6	7
54-16к/2022н		каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы	36,00	200	6	11,18	24,1	221,1
399/2017м		блинчики (оладьи) с молоком стуженным	27,00	70	5,08	4,78	19,29	140,50
382/2017м		какао с молоком	15,00	200	4,08	3,54	17,58	118,6
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м		Хлеб пшеничный	5,00	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Итого	105,00	600	17,93	20,20	85,26	597,34
		Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

полдник

192/2017м		биточки или котлеты мясные с повидлом	10	100	3,39	7,27	45,5	260,99
376/2017м		чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
		Итого за завтрак и полдник	120					



Согласовано:

Директор

ФИО

Романчук Н.Ю.



Директор ООО Бизнес Консалтинг

Корголюк Е.Ю.

1 неделя

Вторник

Дата

№ реч.	по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Плательщик			Энергет. ценность
					Б	У	6	
1		2	3	4	5	6	7	
Завтрак								
47/2017 м		капуста квашеная	25,00	60	1,02	3	5,07	52,5
77-1/2022/54-3сс/2022н		котлета рыбная из п./ф. и с соусом	40,00	100/20	12,3	8,9	6,9	156,9
125/2017м		картофель отварной с маслом	19,00	150	3,03	5,94	20,98	157,50
701/2010м		хлеб пшеничный	5,00	30	2,37	0,3	14,49	70,14
349/2017м		компот из сухофруктов	16,00	200	0,66	0,09	32,03	132,8
		Итого	105,00	560	19,38	18,23	79,47	569,84
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
полдник								
182/2017м		каша молочная пшенная	9	150	4,22	4,99	12,9	203,6
701/2010м		хлеб пшеничный	1	20	20	1,58	1,58	0,2
376/2017м		чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
		Итого за завтрак и полдник	120					



Согласовано:

Директор *В.О. Мельниченко* *Н.Ю.*



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
/Корюкевичко Е.Ю.

№ рец. по сбор	Среды	Дата		Выход	Энергет. ценность	
		Цена руб.	№ 3 день		У	7
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	25,00	60	0,67	0,12	2,16
77-2/2022/ 332/2017м	биточки , котлеты куриные из п.ф с соусом	45,00	100/20	10,18	11,33	7,07
203/2017м	макаронны отварные с маслом	15,00	150	5,40	4,90	32,80
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	15,00	200	0,13	0,02	15,2
701/2010м	хлеб пшеничный	5,00	30	2,37	0,3	14,49
	Итого	105,00	560	18,75	16,67	71,72
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75
470-587,5						
полдник						
401/2017	оладьи с сахаром и маслом	10	105	7	7,15	24,43
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15
	Итого за завтрак и полдник	120				60



Согласовано:

Директор *В.И. Мухоморов* ФИО *Мухоморов В.И.*



Согласовано:

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.

№ рец.	1 неделя по сбор.	Четверг Наименование блюд	Дата	Выход	Дополнительные ресурсы/г/			Энергет. ценность
					У	Y	6	
	1	2	Цена руб.	3	4	5	6	7

Завтрак

183/2017м		каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	40,00	200	9,05	11,36	31,3	263,64
209/2017м		яйцо вареное вкрутую	23,00	40	5,08	4,60	0,28	63,00
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м		хлеб пшеничный	5,00	30	2,37	0,3	14,49	70,14
376/2017м		чай с сахаром	15,00	200	0,07	0,02	15	60
		Итого	105,00	570	16,97	16,68	70,87	503,78
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

полдник

58-12/2010м		макаронны отварные с сахаром	10	105	5,27	7,77	42,6	261,41
376/2017м		чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
		Итого за завтрак и полдник	120					



Согласовано:

Директор

ФИО

Владимир Н.Ю.



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Корниенко Е.Ю.

№ рец.	1 неделя по сбор.	Пятница Наименование блюд	Дата		Выход	Пищевые вещества/г/		Энергет. ценность
			Цена руб.			Б	У	
	1	2			3	4	5	6
								7
Завтрак								
70/71/2017м		овощи в нарезке по сезону (помидор)	25		60	0,66	0,12	2,16
246/2017м		гуляш из отварного мяса	40		90	8,36	10,08	3,27
171/2017м		каша пшеничная с маслом	15		150	5,93	4,03	35,91
701/2010м		хлеб пшеничный	5		50	3,95	0,5	24,15
389/2017м		сок фруктовый	20		200	1	0	24,62
		Итого	105,00		550	19,90	14,73	90,11
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%			500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75
								470-587,5
полдник								
192/2017м		биточки или котлеты манные с повидлом	10		100	3,39	7,27	45,5
376/2017м		чай с сахаром	5		200	0,07	0,02	15
		Итого за завтрак и полдник	120					260,99
								60

Согласовано: _____
Директор _____

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Коргоножко Е.Ю.

В день
Пищевые веще

№ рец.	2 неделя	Понедельник	Наименование блюд	Дата	Выход	№ Пищевые вещества /г/						Энергет. ценность
						а	б	в	г	д	е	
по сбор.	2			Цена руб.	3	4	5	6	7			
1												
Завтрак												
182/2017м			каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	36,00	200	7,25	10,26	30,50	233,34			
П.Т			сдобное изделие сладкое	27,00	45	7,20	8,90	15,80	171,80			
338/2017м			фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00			
701/2010м			Хлеб пшеничный	5,00	40	3,16	0,4	19,32	93,52			
377/2017м			чай с сахаром и лимоном	15,00	200	0,13	0,02	15,2	62			
			Итого	105,00	585	18,1	20,0	90,6	607,7			
			Норма завтрака по СанПиН 20%· 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5			
полдник												
401/2017			оладьи с сахаром и маслом	10	105	7	7,15	24,43	190,07			
376/2017м			чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60			
			Итого за завтрак и полдник	120								



Вторник

Дата

№ рец.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	по сбор.	2	3	4	5	6	7

Завтрак

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	24,00	60	0,66	0,12	2,16	13,2
77-3/2022-331/2017м	котлеты домашние из п/ф с соусом	45,00	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62
203/2017м	макаронны отварные с маслом	15,00	150	5,40	4,90	32,80	196,80
349/2017м	компот из сухофруктов	16,00	200	0,66	0,09	32,03	132,8
701/2010м	хлеб пшеничный	5,00	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Итого	105,00	560	17,41	18,56	88,65	593,56
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

полдник

182/2017м	каша молочная пшеничная	9	150	4,22	4,99	12,9	203,6
701/2010м	хлеб пшеничный	1	20	20	1,58	1,58	0,2
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					



Согласовано:

Директор

И.О. *Васильев И.Ю.*

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Короткожко Е.Ю.



№ рец.	Среды	Наименование блюд	Дата		Выход			Пищевые вещества г/г		Энергет. ценность
			1	2	Цена руб.	3	4	5	6	7
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

70/71/2017м	овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	25,00	60	0,48	0,06	1,02	6
77-6/2022	котлеты мясосокапустные из п./ф.	40,00	100	9,93	12,66	5,76	176,70
54-211/2022н	горошница	20,00	150	5,33	6,33	28,6	192,69
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	15,00	200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м	хлеб пшеничный	5,00	50	3,85	1,20	26,70	133,00
Итого		105,00	560	19,72	20,27	77,28	570,39
Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%			500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Завтрак

58-12/2010м	макароны отварные с сахаром	10	105	5,27	7,77	42,6	261,41
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
Итого за завтрак и полдник		120					

полдник

Согласовано: 
 Директор  **Фидо Кондратенко И.Ю.**

Утверждено
 Директор 
«Бизнес Консалтинг»
 ООО
 Корсаковский Е.Ю.

№ рец.	2 неделя	Четверг	Наименование блюд	Дата		Выход	9 день		Энергет. ценность
				Цена руб.	Длинные вещества/г/		У	6	
1		2				3			7
131/2017м			овощи консервированные (зеленый горошек)	25,00		60	1,35	0,18	38,52
77-2/2022/ 332/2017м			биточки , котлеты куриные из п.ф с соусом	45,00		100/20	10,18	11,33	147,85
171/2017м			каша гречневая рассыпчатая с маслом	15,00		150	8,30	6,30	233,70
376/2017м			чай с сахаром	15,00		200	0,07	0,02	60
701/2010м			хлеб пшеничный	5,00		30	2,37	0,3	70,14
			Итого	105,00		560	22,270	18,130	550,21
			Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%			500	15,4-19,25	15,8-19,75	470-587,5
полдник									
192/2017м			биточки или котлеты мясные с повидлом	10		100	3,39	7,27	260,99
376/2017м			чай с сахаром	5		200	0,07	0,02	60
			Итого за завтрак и полдник	120					



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Короткожко Е.Ю.

Согласовано: 2 недели
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Короткожко Е.Ю.

№ рец.	Питница	Дата	Выход	Исходные вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
по сбор.	2	Цена руб.	3	4	5	6	7
1							
67/2017	винегрет овощной	25,00	60	0,78	2,70	4,62	45,60
77-4/2022	котлеты печеночные из п./ф. с маслом	41,00	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
125/2017м	картофель отварной с маслом	19,00	150	3,03	5,94	20,98	157,50
701/2010м	хлеб пшеничный	5,00	50	3,95	0,5	24,15	116,90
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	15,00	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	105,00	565	20,72	22,13	75,22	591,13
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

полдник

401/2017	олады с сахаром и маслом	10	105	7	7,15	24,43	190,07
376/2017м	чай с сахаром	5	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за завтрак и полдник	120					

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

	ИТОГО	Выход в гр	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	
ЗАВТРАК	Итого за весь период	5670	191,190	185,580	809,680		5681,18
	Среднее значение за период	567	19,119	18,558	80,968		568,118
ПОЛДНИК	Итого за весь период	3165	91	72	474		2884
	Среднее значение за период	316,5	9,085	7,214	47,395		288,36
	Норма завтрака по СанПин 10%- 15% ± 5%	300	7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,5		235-352,5

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций Сборник технических нормативов. ФГБУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

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