



Согласовано
директор



Утверждено
Директор ООО "Бизнес-Консалтинг"
Коргоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2						

Вариант 2

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

Сборник рецептов 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

234/331/2017м	котлета рыбная с соусом	100/20	8,40	14,41	174,00	0,34
310/2017м	картофель отварной	180	0,72	28,44	134,64	21,75
п.г	печенье сахарное	30	4,1	16,5	111	0
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	21,36	106,40	0,00
378/2017м	чай с молоком	200	1,52	15,9	81	1,33
	Итого	570	15,53	96,61	607,04	23,42
	Норма завтрака по СанПиН 20%± 5%	550	18-22,5	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:
директор

Владимир Владимирович Сид
директор



Утверждено
Директор ООО "Бизнес-Консалтинг"
Коргоножко Е.Ю.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		1	2	1	2	1	2
1	2						

Вариант 3

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

Сборник рецептов 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

188/2017м	запеканка рисовая с творогом с молоком стученным	200	11,51	8,89	65,88	393,33	0,48
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	550,0	15,9	17,5	112,4	674,7	7,9

Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
--	-----	---------	-------	------------	---------

Согласовано:
директор

М.В. Мухоморова
М.В. Мухоморова



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

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

№.реп. по сбор.	Наименование блюд	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2						

Вариант 4

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

Сборник рецептов и кулинарных изданий 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.; Де-Ли Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

279/32/2017м	тефтели с соусом	110	6,96	16,11	11,61	223	0,92
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,29	8,95	37,36	262,50	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	590	18,03	26,2	89,79	672,3	11,22

Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
--	-----	---------	-------	------------	---------

Утверждено
 Директор ООО "Бизнес-Консалтинг"
 Коргоножко Е.Ю.



Согласовано
 директор
 [Signature]



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2						

Вариант 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. Лапиной.-М. 2004.- 640с;

Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания:

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

260/2017м	Гуляш мясной	100	10,54	28,19	2,89	309	0,92
171/2017м	каша пшеничная рассыпчатая	150	6,20	4,20	38,60	217,20	0,00
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	590,0	24,3	37,3	90,2	798,2	11,2

550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
-----	---------	-------	------------	---------

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%



Согласовано:
директор



Утверждено
Директор ООО "Бизнес-Консалтинг"
Коргоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		1	2	1	2	1	2
1	2						

Вариант 6

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. Лапиной.-М. 2004- 640с;

Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания:

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

174/2017М	каша вязкая молочная рисовая	180	4,91	8,88	43,32	273,28	0,79
3/2017М	бутерброт с маслом и сыром (30/5/15)	50	5,80	8,30	14,83	157,00	0,11
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
379/2017М	кофейный напиток с молоком	200	3,166	2,678	15,94	100,6	1,3
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
	Итого	560	16,59	20,98	99,91	657,68	12,20
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:
директор

Ирина Александровна



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

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
1	2						

Вариант 7

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. Лапиной.-М. 2004- 640с;

Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания:

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

101/2004л	консервированные овощи.закусочные, отварные (кукуруза)	100	2,20	0,40	11,20	58,00	5,30
291/2017м	плов из птицы	220	20,41	11,81	40,10	347,60	7,12
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
п.т.	пряник	30	1,80	4,30	16,00	109,00	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	590	27,62	17,49	103,86	683	12,717
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680



Утверждено
 Директор ООО "Бизнес-Консалтинг"
 /Коргоножко Е.Ю.



Согласовано:
 директор
 /И.И. Мисюк/

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2						

Вариант 8

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 Е.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы

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

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

15/2017м	сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	36,00	1,46
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	100\20	9,37	14,74	12,74	216,00	0,00
203/2017м	макароны отварные с маслом	180	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
	Итого	550	22,392	27,036	83,034	659,4	2,79
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



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

Согласовано:
 директор
 [Signature]



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	12-18 лет			
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2				

Вариант 9
 Сборник рецептов под редакцией МШ Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г. 544с;
 Сборник рецептов 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

282/332/2017м	Оладьи из пшена с морковью и соусом сметанным с луком	100	15,56	10,33	17,66	226,33	7,64
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,29	8,95	37,36	262,50	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	580,0	26,6	20,4	95,8	675,6	7,9
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:
директор

С.М. Скурихин
11.08.2017

Утвержден

Директор ООО "Бизнес-Консалтинг"
Коргоножко Е.Ю.



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2						

Вариант 10

Сборник рецептов под редакцией М.П. 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.

70/71/2017м	овощи свежие (помидор свежий, соленый)	100	1,1	0,2	2,8	22	17,5
234/331/2017м	колбаса рыбная с соусом	100	6,73	8,02	5,04	115,30	0,70
310/2017м	картофель отварной	180	3,6	0,72	28,44	134,64	21,75
п.т	вафли	30,0	0,80	1,00	23,20	106,20	0,00
379/2017М	кофейный напиток с молоком	200	3,166	2,678	15,94	100,6	1,3
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
	Итого	640	17,706	13,338	91,44	558,54	41,25
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
	Всего за 10 дней	5 840,00	203,81	202,16	980,11	6 583,80	141,91
	Средний суточный рацион	584	20,38	20,22	98,01	658,38	14,19

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
--	-----	---------	-------	------------	---------

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.: Де-Ли 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".