



/Л.И. Борисова/

М.П.

Согласовано:

Директор _____

_____ / _____



Утверждено:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

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

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

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".



/Л.И. Борисова/

М.П.

Составлено:
 Директор _____



Утверждено:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 _____ /Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 1/ день 1

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	30,00	250	8,88	14,57	44,06	342,89
399/2017м	блинчики с повидлом	25	70	6,15	3,68	17,95	129,52
701/2010м	хлеб пшеничный	5,69	40	3,08	0,96	21,36	106,40
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	15	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	90,69	660	18,71	19,61	103,55	668,13
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Полдник

389\2017м	макароны отварные с сыром	17,31	200	14,53	10,53	38,13	305,45
389\2017	соки овощные, фруктовые и ягодные	13,00	150	0,75	0	18,46	76,84
	итого	30,31	350	15,28	10,53	56,59	382,29

Итого сумма за день

121,00



/Л.И. Борисова/

овано:
 Директор _____
 _____/_____



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 1/ день 2

70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	14	100	1,1	0,2	2,8	22
ТТК 77/3/2022-331/2017м	Котлеты домашние из п/ф с соусом	40	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62
203/2017м	макароны отварные с маслом	15	180	6,87	7,28	38,37	246,60
701/2010м	хлеб пшеничный	5,69	40	3,08	0,96	21,36	106,40
54-4гн/2022н	Чай с молоком	16	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	90,69	640	20,971	22,69	82,28	622,24
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Полдник

183\2017м	каша молочная гречневая	16,00	150	6,75	7,05	25	183,8
701\2010м	хлеб пшеничный	1,31	20	1,58	0,2	9,66	46,75
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	13,00	200	0,3	0	10,58	43,52
	итого	30,31	370	8,63	7,25	45,24	274,07

Итого сумма за день

121,00



/Л.И. Борисова/

М.П.

овано:
 Директор _____
 _____/_____



Утверждено:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 «Бизнес Консалт» Короткожко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 1/ день 3

183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом и сахаром	40	250	11,00	11,40	44,40	326,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	9,80	47,00
15/2017м	сыр полутвердый порциями	13	10	2,3	2,9	0	35,87
701/2010м	хлеб пшеничный	6,69	50	3,85	1,20	26,70	133,00
382/2017м	какао с молоком	16	200	4,08	3,54	17,58	118,6
	Итого	90,69	610,0	21,6	19,4	98,5	660,5
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Полдник

192\2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	16,31	150	3,39	5,27	45,5	240
378\2017м	чай с молоком	14,00	200	2,31	1,35	15,9	81
	итого	30,31	350	5,7	6,62	61,4	321

Итого сумма за день

121,00

/Л.И. Борисова/

совано:

тор

Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 1/ день 4

70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (огурец)	15	100	0,8	0,1	1,9	12
ТТК 77/1/2022 54-3сс/2022н	Котлета рыбная из п/ф с соусом	40	100/20	12,3	8,9	6,9	156,9
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	15	180	5,52	12,00	47,60	320,48
701/2010м	хлеб пшеничный	5,69	40	3,08	0,96	21,36	106,40
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	15	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	90,69	640	21,9	21,96	88,14	638,1
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Полдник

182\2017м	каша молочная пшенная	14,00	150	4,22	4,99	12,9	203,6
701\2010м	хлеб пшеничный	1,31	20	1,58	0,2	9,66	46,75
379\2017	кофейный напиток с молоком	15,00	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	итого	30,31	370	8,97	7,87	38,51	350,95

Итого сумма за день**121,00**



/Л.И. Борисова/

совано:

ктор _____



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 1/ день 5

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	30	250	10,80	7,98	48,37	308,50
14/2017м	масло порциями	10	10	0,8	7,25	0,13	66
15/2017м	сыр твердых сортов (порция)	13	10	2,30	2,90	0,00	35,87
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	6,69	50	3,85	1,20	26,70	133,00
54-3гн/2022н	Чай с лимоном и сахаром	16	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	90,69	620,0	18,5	19,7	95,6	633,9
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Полдник

54-3к\2022н	каша молочная геркулес	15,00	150	6,1	5,6	18,5	144,5
701\2010м	хлеб пшеничный	1,31	20	1,58	0,2	9,66	46,75
54-2гн\2022н	какао с молоком	14,00	200	4,66	3,6	12,67	101,82
	итого	30,31	370	12,34	9,4	40,83	293,07

Итого сумма за день

121,00



/Л.И. Борисова/

М.П. _____
составлено: _____
Директор _____
_____ / _____



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 2/ день 6

101/2004л	закуска консервированная (икра кабачковая)	15	80	1,301	1,28	8,21	83,2
ТТК 77/2/2022 - 331/2017м	Котлета куриная из п/ф с соусом	40	100/20	11,28	12,55	6,70	184,87
203/2017м	макароны отварные с маслом	15	180	6,87	7,28	38,37	246,60
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	15	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	5,69	40	3,08	0,96	21,36	106,40
	Итого	90,69	620	22,731	22,07	85,02	663,39
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Полдник

183\2017м	каша молочная гречневая	16,00	150	6,75	7,05	25	183,8
701\2010м	хлеб пшеничный	1,31	20	1,58	0,2	9,66	46,75
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	13,00	200	0,3	0	10,58	43,52
	итого	30,31	370	8,63	7,25	45,24	274,07

Итого сумма за день

121,00



/Л.И. Борисова/

совано:
стор _____



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 2/ день 7

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	29	250	8,18	12,82	46,87	330,68
399/2017м	блинчики с повидлом	25	70	6,15	3,68	17,95	129,52
701/2010м	хлеб пшеничный	5,69	40	3,08	0,96	21,36	106,40
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-3гн/2022н	Чай с лимоном и сахаром	16	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	90,69	660	18,11	17,86	106,56	657,12
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Полдник

182\2017м	каша молочная пшенная	14,00	150	4,22	4,99	12,9	203,6
701\2010м	хлеб пшеничный	1,31	20	1,58	0,2	9,66	46,75
379\2017	кофейный напиток с молоком	15,00	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	итого	30,31	370	8,97	7,87	38,51	350,95

Итого сумма за день

121,00



/Л.И. Борисова/

М.П.

овано:

Директор _____
 _____ / _____



Утверждено:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 / Кртоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 2/ день 8

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	10	100	0,8	6,01	8,26	92,8
ТТК 77/4/2022	Котлеты печеночные из п/ф, с маслом	40	100/5	11,83	12,97	11,27	209,13
125/2017м	картофель отварной с маслом	19	180	3,6	0,72	28,44	134,64
701/2017м	хлеб пшеничный	5,69	40	3,08	0,96	21,36	106,40
54-4гн/2022н	Чай с молоком	16	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	90,69	625	20,91	21,76	81,91	609,59
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Полдник

389\2017м	макароны отварные с сыром	17,31	200	14,53	10,53	38,13	305,45
389\2017	соки овощные, фруктовые и ягодные	13,00	150	0,75	0	18,46	76,84
	итого	30,31	350	15,28	10,53	56,59	382,29

Итого сумма за день

121,00



/Л.И. Борисова/

совано:

Директор _____
_____ /



Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
«Бизнес Консалтинг» /Кортножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 2/ день 9

47/2017м	Капуста квашеная с растительным маслом	14	100	1,7	5	8,46	85,7
ТТК 77/5/ 331/2017м	тефтели "оригинальные" из п/ф запеченные с соусом	40	100/30	9,25	10,33	11,10	177,70
203/2017м	макароны отварные с маслом	15	180	6,87	7,28	38,37	246,60
702/2010м	хлеб пеклеванный	6,69	40	2,24	0,44	19,76	91,96
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	15	200	0,5	0	19,8	81
	Итого	90,69	650,0	20,6	23,1	97,5	683,0
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

2 завтрак

192\2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	16,31	150	3,39	5,27	45,5	240
378\2017м	чай с молоком	14,00	200	2,31	1,35	15,9	81
	итого	30,31	350	5,7	6,62	61,4	321

Итого сумма за день

121,00



/Л.И. Борисова/

составлено:
 автор _____
 / _____



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

дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 2/ день 10

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	11	80	1,80	0,24	10,56	51,36
291/2017м	плов из птицы	58	230	19,42	11,34	42,18	348,06
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	15	200	0,5	0	19,8	81
701/107м	хлеб пшеничный	6,69	50	3,85	1,20	26,70	133,00
	Итого	90,69	560	25,57	12,78	99,24	613,42
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
54-3к\2022н	каша молочная геркулес	15,00	150	6,1	5,6	18,5	144,5
701\2010м	хлеб пшеничный	1,31	20	1,58	0,2	9,66	46,75
54-2гн\2022н	какао с молоком	14,00	200	4,66	3,6	12,67	101,82
	итого	30,31	370	12,34	9,4	40,83	293,07

Итого сумма за день

121,00

ОВЗ завтрак+полдник	Всего за 10 дней	9 905,00	311,38	284,29	1 423,39	9 692,07
	Средний суточный рацион	990,5	31,14	28,43	142,34	969,21

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 рецептур 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.

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