

Согласовано
Директор
Михайлов В.В.
Челяловская

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортономко Е.Ю.
«Бизнес Консалтинг»
№1
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

**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 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 производство для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делли плюс, 2017. - 344с.

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

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - М.: Делли 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".

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.

Согласовано
Директор *И.И.И.*
И.И.И.

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

№ рецеп.	Наименование для заказа (для заказа)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена рубль
			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	12,9	4	6,1	112,2	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	1	1	10,8	56,2	5
701М	Хлеб пшеничный водированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
Итого за завтрак		530	20,86	10,06	74,46	471,54	73,2
День/неделя: Вторник-2							
завтрак							
219М/327М	Сырники из творога и молочным сладким соусом 140/20	160	15,66	17,92	32	351,52	48,2
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		510	18,21	18,67	74,08	539,04	73,2
День/неделя: Среда-2							
завтрак							
70/71/2017М	Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,1	12,8	18,2
255/2017М	Печень по Строгановские	100	10,26	10,09	8,52	165,93	22
171/2017М	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,29	8,95	37,07	261,99	10
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	5
701/2010М	Хлеб пшеничный водированный	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	21,4	19,7	77,53	576,86	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	Клеши из кур с рисом	90	11,24	11,93	10,06	192,97	36
203/2017М	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,77	6,07	31,98	205,5	10
54-3гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	6
701/2010М	Хлеб пшеничный водированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
Итого за завтрак		520	19,37	18,26	63,3	494,75	73,2
День/неделя: Пятница-2							
завтрак							
3/2017 М	Бутерброд с сыром 40/5/15	60	6,96	9,96	17,79	188,4	18,2
54-16 п/2022н	Каша "Дружба"	200	6	3,93	43,33	233	30
54-45гн/2022н	Чай Каркаде с сахаром	200	0,16	0,08	7,18	30,08	6
701/2010М	Хлеб пшеничный водированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
389/2017М	Фрукты	100	0,4	0,3	10,3	47	16
Итого за завтрак		520	15,1	14,47	88,26	545,24	73,2
			15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
Итого за завтрак			192,303	178,149	739,144	545,24	

Сотрудник

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Утвержден

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

Директор

№ п/п	Наименование товара	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена рубли
			Б	Ж	У		

День/неделя: Понедельник-1

Завтрак

1/2017 M	Бутерброд с мясом	60	5,31	11,24	22,33	211,72	18,2
54-18м/2022н	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,54	17,86	134,3	22
54-2гм/2022	Кавью с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	15
701/2010M	Хлеб пшеничный Водированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
389/2017M	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 закусочные (зеленый горошек консервированный)	60	1,7	0,1	5,7	29,6	18,2
211/2017M	Омлет с сыром	150	19	18,17	10,8	282,73	27
54-2гм/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	5
П.Т	Печенье	20	1,598	1,739	28,814	137,3	5
701/2017M	Хлеб пшеничный Водированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
389/2017M	Фрукты	100	0,4	0,3	10,3	47	15
Итого за завтрак		550	24,478	20,509	75,654	585,77	73,2

День/неделя: Среда-1

завтрак

70/71/2017M	Овощи по сезону в нарезке (огурцы)	60	0,48	0,06	1,02	6	18,2
271/331/2017M	Котлеты домашние с соусом сметанным с томатом 90/20	110	10,26	13,15	9,29	196,86	30
125/2017M	Картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98	149,5	10
П.Т	Мармелад	15	0,015	0	12,91	51,7	6
701/2010M	Хлеб пшеничный Водированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
54-3гм/2022н	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	6
Итого за завтрак		555	15,665	19,15	64,44	494,34	73,2

День/неделя: Четверг-1

завтрак

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

День/неделя: Пятница-1

завтрак

70/71/2017M	Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,1	12,8	18,2
246/2017M	Гуляш из отварного мяса	100	13,36	12,08	6	186,16	30
125/2017M	Картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98	149,5	10
54-3гм/2022н	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	6
423/2017M	Булочка с орехами "Алтайская"	50	2,2	2,49	27,83	142,53	6
701/2017M	Хлеб пшеничный Водированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	3
Итого за завтрак		530	18,63	17,38	89,81	592,6	73,2