



Согласовано:
директор МБОУ Копьской СОШ
О.С. Пастухова



Утверждено
«Бизнес Консалтинг»
ИПТ
Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценности (мг)	
				Б	Ж	У	ккал	с
1	2	блюдо	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Вариант 1

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г;-544с. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Завтрак

54-16к	каша молочная Дружба	30,00	200	7,84	9,22	39,51	272,00	0,72
399	блинчики со сгущенным молоком	17	70	9,88	4,75	2,3	91,98	0,74
701	хлеб пшеничный	5,25	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	10,00	47,00	10,00
376	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	82,25	600	20,5	15,11	82,83	550,78	11,76

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

500

15,4-19,25

15,8-19,75

67-83,75

470-587,5



Согласовано:
директор *А. И. Котовской сш*
Людмила Владимировна

--	--	--	--



Утверждено
Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/				энерг. ценности (мг)	
				Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет	с 7-11 лет	
1	2								

Вариант 2

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тютельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Завтрак

101	консервы закусочные (икра кабачковая)	12	60	1,64	2,82	8,72	67	0
ТТК 77/3	котлеты "Домашние" из п/ф высокой степени готовности	32	100	12,1	12,40	4,70	179,00	0,10
331	соус сметанный с томатом	3	20	0,3	0,99	1,40	16,02	0,26
203	макароны отварные с маслом	15	150	5,4	4,90	32,80	196,80	0,00
701	хлеб пшеничный	5,25	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
376	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	82,25	560	21,82	21,85	78,64	598,62	0,66
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Согласовано:

директор МКОУ Котловской сш
Тришина О.С.



Утверждено
Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда	Пищевые вещества/г/сут				Ценностиамины (мг)	
				Б	Ж	У	ккал	с	
1	2	блюдо	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Вариант 3

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Завтрак

120	суп молочный с макаронными изделиями	36	250	5,47	4,75	17,95	150,00	0,11
14	масло порциями	10	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	10,00	47,00	10,00
701	хлеб пшеничный	5,25	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
377	чай с сахаром и лимоном	16	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	82,25	590,0	9,1	13,1	59,3	404,8	10,5

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

500

15,4-19,25

15,8-19,75

67-83,75

470-587,5



Согласовано:

директор И.С. Байгисева



Утверждено
Бизнес Консалтинг
/Кортоджо Е.Ю.

10-ти дневное меню для горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценности/амины (мг)	
				Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет	с 7-11 лет

Вариант 4

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Завтрак

ТТК 77/1	котлеты рыбные из п/ф высокой степени готовности	39	100	12,30	4,70	6,90	119,00	0,70
331	соус сметанный с томатом	3	20	0,3	0,99	1,40	16,02	0,26
171	каша рисовая рассыпчатая	20	150	3,70	4,80	36,50	203,50	0,00
701	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	1,00	21,36	114,40	0,00
376	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	82,25	510	19,49	11,51	81,16	512,92	1,26

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

500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
-----	------------	------------	----------	-----------



Согласовано:

директор МКОУ Ковшевой СШ
Ирина В.С. Жавнерова



Утверждено

Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал 7-11 лет	витамины (мг) с 7-11 лет
				Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет		

Вариант 5

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Завтрак

47	капуста квашеная с растительным маслом	15	60	1,02	3,00	5,07	51,42	0,35
ТТК 77/5	тефтели "Оригинальные" из п/ф высокой степени готовности	30	100	10,00	13,30	2,30	169,00	0,35
331	соус сметанный с томатом	3	20	0,3	0,99	1,40	16,02	0,26
203	макаронные отварные с маслом	13	150	5,40	4,90	32,80	196,80	0,00
701	хлеб пшеничный	5,25	20	1,54	0,48	10,68	53,20	0,00
377	чай с сахаром и лимоном	16	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	82,25	550,0	18,4	22,7	67,5	548,4	1,3

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

500

15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
------------	------------	----------	-----------



Согласовано:

И.о. директора Ишчуковой СИ
Иванова О.С. Иванова



Утверждено
 Бизнес Консалтинг
 Коротко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал 7-11 лет	витамины (мг) с 7-11 лет
				Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет		
1	2							

Вариант 6

Сборник рецептов под редакцией МП Могилюного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Завтрак

182	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	32	200	4,08	5,52	34,72	232,8	0,48
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	10,00	47,00	10,00
15	сыр порция	15	10	2,63	2,66	0,00	36,00	0,21
376	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60	0,3
701	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	1,00	21,36	114,40	0,00
	Итого	82,25	550	10,26	9,6	81,08	490,2	10,99
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Согласовано:

директора

И.И. Котвиной СМ
И.С. Пашенкова



Утверждено
Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г			энерг. Ценности (мг)	
				Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет	с 7-11 лет
1	2							

Вариант 7

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Завтрак

52	свекла отварная с маслом	12	60	0,88	3,6	4,96	55,68	0,07
ГТК 77/6	голубцы ленивые из п/ф высокой степени готовности	29	100	9,3	6,1	5,9	116	1,5
331	соус сметанный с томатом	3	20	0,3	0,99	1,40	16,02	0,26
171	каша гречневая рассыпчатая	18	150	8,3	6,3	36	233,7	0
701	хлеб пшеничный	5,25	20	1,54	0,48	10,68	53,20	0,00
376	чай с сахаром каркаде	15	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	82,25	550	20,43	17,49	73,94	534,6	2,13
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Согласовано:

И.о. директор МБОУ Котельской СШ
О.С. Пашенкина



Утверждено
Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энерг. ценностамины (мг)	
				Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет	с 7-11 лет

Вариант 8

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Завтрак

70	овощи натуральные по сезону (огурец)	10	60	0,48	0,06	1,02	6	1,75
246	гуляш из отварного мяса	37,00	90	15,21	14,76	3,60	208,80	0,30
203	макароны отварные с маслом	15	150	5,4	4,90	32,80	196,80	0,00
701	хлеб пшеничный	5,25	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
376	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	82,25	530	23,47	20,46	68,44	551,4	0,6

1050-1190

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
--	-----	------------	------------	----------	-----------



Согласовано:

И.А. директор
И.А. Котвицкая
И.А. Котвицкая



Утверждено

Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г				энергет. ценность ккал 7-11 лет	витамины (мг) с 7-11 лет
				Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	у 7-11 лет		

Вариан 9

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Завтрак

291	плов из птицы	48	250	23,18	13,08	31,50	337,00	0,60
70	овощи натуральные по сезону (помидор)	13	100	1,2	1,00	2,10	12,80	1,75
701	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	1,00	21,36	114,40	0,00
377	чай с сахаром и лимоном	16	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	82,25	590	27,59	15,1	70,16	526,2	2,65
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Согласовано:
 директор И.С. Милоу
И.С. Милоу
О.С. Гашинцева



Утверждено
 Бизнес Консалтинг
 Кортонюшко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценност ккал 7-11 лет	витамины (мг) с 7-11 лет
				Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет		

Вариант 10

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Завтрак

ТТК 77/2	котлета куриная из п/ф высокой степени готовности	28	100	15,85	9,50	16,14	220,00	3,73
331	соус сметанный с томатом	3	20	0,3	0,99	1,40	16,02	0,26
171	каша гречневая рассыпчатая	18	150	8,3	6,3	36	233,7	0
376	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60	0,3
701	хлеб пшеничный	3,25	20	1,54	0,48	10,68	53,20	0,00
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	10,00	47,00	10,00
	Итого	82,25	590	26,50	17,69	89,22	629,92	14,29
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Всего за 10 дней		5 620,00	197,60	164,64	752,22	5 347,88	56,05
	Средний суточный рацион		562	19,76	16,46	75,22	534,79	5,61

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

500

15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
------------	------------	----------	-----------