



Согласовано: МКОУ МБОУ Мещенниковского НС
Директор А.А. Мещенников

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
А.А. Короткожко Е.Ю.

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

прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/г/г			Энергет. ценность	
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Ж	7-11 лет	12-18 лет
1	1	2						У		

Неделя 1/ день 5

завтрак

	70/71/2017м	ТТК 77-5	331/2017м	171/2017м	701/2010м	54-Згн/2022н	Итого	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	Завтрак			Энергет. ценность
									7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	
		овощи свежие (помидор свежий; соленый)	15	60	100				0,12	0,20	2,16	13,20
		тефтели "Оригинальные" из п/ф высокой степени готовности	40	100	100				12,30	12,30	6,30	169,98
		соус сметанный с томатом	9	20	30				0,99	1,48	1,40	16,02
		каша рассыпчатая пшеничная	17	150	180				6,84	8,20	37,98	246,68
		хлеб пшеничный	6,59	30	40				0,30	0,40	14,50	63,57
		чай с сахаром и лимоном	19	200	200				0	0	10,58	43,52
		Итого	106,59	560,0	650,0				20,6	22,6	87,5	553,0
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550				15,8-19,75	18-23	67-83,75	470-587,5

полдник

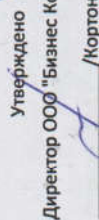
	182\2017м	701\2010м	379\2017	Итого	Итого сумма за день	полдник			Энергет. ценность
						7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	
		каша молочная пшеничная				4,22	4,22	4,99	203,6
		хлеб пшеничный				1,58	1,58	0,2	46,75
		кофейный напиток с молоком				3,17	3,17	15,95	100,6
		Итого				8,97	8,97	38,51	350,95
		Итого сумма за день							



Согласовано: М.А. Масленникова НС
директор

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

прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блока		Пищевые вещества/г/г				Энергет. ценность			
				7-11 лет	12-18 лет	б	ж	у	ккал				
1	1	2											
Неделя 2/ день 6													
Завтрак													
	182\2017м	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	56	200	250	6,37	7,96	7,66	9,57	41,7	52,12	261,22	326,52
	338\2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00
	54-23гн\2022н	кофейный напиток	24	200	200	3,8	3,8	2,9	2,9	11,3	11,3	106,5	106,5
	701\2010м	хлеб пшеничный	6,59	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
		Итого	106,59	530	590	12,94	15,32	11,76	13,27	77,5	92,75	478,29	564,78
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
полдник													
	389\2017м	макароны отварные с сыром	21,41	150	200	10,9	14,53	7,9	10,53	28,6	38,13	229,1	305,45
	378\2017м	чай с молоком	21,00	200	200	2,31	2,31	1,35	1,35	15,9	15,9	81	81
		Итого	42,41	350	400	13,21	16,84	9,25	11,88	44,5	54,03	310,1	386,45
			Итого сумма за день	149,00									



Согласовано: *Масленникова НС*
директор



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

прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность				
				7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж		У	7-11 лет	12-18 лет	ккал	
1	1	2												
Неделя 2/ день 7														
завтрак														
	52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	15	60	100	0,8	1,4	Завтрак		3,60	6,00	8,26	55,68	92,80
	ТТК 77-6	голубцы ленивые из п/ф высокой степени готовности	38	100	100	8,3	8,3			9,1	9,1	8,9	150,7	150,7
	331/2017м	соус сметанный с томатом	9	20	30	0,3	0,5			0,99	1,48	2,10	16,02	24,03
	171/2017м	каша гречневая рассыпчатая	19	150	180	8,30	9,95			6,30	7,56	43,20	233,70	280,44
	701/2010м	хлеб пшеничный	6,59	30	40	2,37	3,16			0,30	0,40	14,50	63,57	84,76
	54-45гн/2022н	чай с сахаром каркаде	19	200	200	0,16	0,16			0,08	0,08	7,18	30,08	30,08
	Итого		106,59	560	650	20,31	23,42			20,37	24,62	88,97	549,75	662,81
	Норма завтрака по СанПин 20% 25% ± 5%			500	550	15,4-19,25	18-22,5	полдник		15,8-19,75	18-23	67-83,75	470-587,5	544-680
полдник														
	54-3к\2022н	каша молочная геркулес	18,00	150	150	6,1	6,1			5,6	5,6	18,5	144,5	144,5
	701\2010м	хлеб пшеничный	5,41	20	20	1,58	1,58			0,2	0,2	9,66	46,75	46,75
	54-2гн\2022н	какао с молоком	19,00	200	200	4,66	4,66			3,6	3,6	12,67	101,72	101,82
		итого	42,41	370	370	12,34	12,34			9,4	9,4	40,83	292,97	293,07
			Итого сумма за день		149,00									



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

_____/Кортоножко Е.Ю.

прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.		вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	
							Б		Ж			
1	1	2	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Неделя 2/ день 8												
завтрак												
	101\2004л	икра кабачковая консервированная	60	100	1,63	2,73	2,82	4,7	8,72	14,54	67	111
	ТТК77-10	Зразы с сыром	100	100	12,11	12,11	12,48	12,48	4,20	4,20	177,60	177,60
	203\2017м	макароны отварные с маслом	150	180	5,4	6,48	4,9	5,88	32,8	39,36	196,8	236,16
	701\2010м	хлеб пшеничный	50	50	3,95	3,95	0,50	0,50	24,17	24,17	105,95	105,95
	54-2гн\2022н	чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
		Итого	560	630	23,29	25,47	20,7	23,56	80,27	92,65	589,67	673,03
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
полдник												
	183\2017м	каша молочная гречневая	150	150	6,75	6,75	7,05	7,05	25	25	183,8	183,8
	701\2010м	хлеб пшеничный	20	20	1,58	1,58	0,2	0,2	9,66	9,66	46,75	46,75
	54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
		Итого	370	370	8,63	8,63	7,25	7,25	45,24	45,24	274,07	274,07
Итого сумма за день			149,00									



Согласовано:
директор

Масленникова НС



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

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

прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/г/		Энергет. ценность	
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	1	2							
Неделя 2/ день 9									
завтрак									
	291\2017м	плов из птицы	66	200	250	14,54	18,17	10,46	13,08
	70\71\2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	15	60	100	0,5	0,8	0,06	0,10
	701\2010м	хлеб пшеничный	8,59	50	50	3,95	3,95	0,50	0,50
	54-2гн\2022н	чай с сахаром	17	200	200	0,2	0,2	0	0
	Итого		106,59	510,0	600,0	19,2	23,1	11,0	13,7
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23
полдник									
	192\2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	21,41	150	150	3,39	3,39	5,27	5,27
	378\2017м	чай с молоком	21,00	200	200	2,31	2,31	1,35	1,35
		Итого	42,41	350	350	5,7	5,7	6,62	6,62
		Итого сумма за день	149,00						