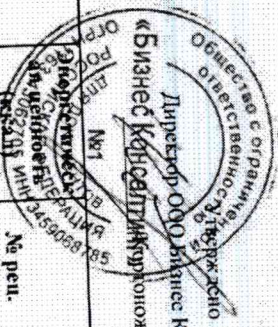








Согласовано:  
 директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Е.Ю. Колосов

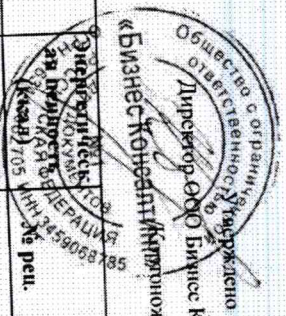


Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			№ рец.	Цена руб	
		Б	Ж	У			
<b>День 1 /неделя 1: Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная рисовая жидкая с маслом и сахаром	200	5,07	6,13	38	227,45	182/2017м	35
Бульбурод с сыром (40/5/15)	60	6,69	8,38	19,33	180,27	3/2017м	27
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338/2017м	24
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23м/2022м	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>640</b>	<b>18,26</b>	<b>18,31</b>	<b>97,82</b>	<b>634,86</b>		<b>104,83</b>
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	20
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	54-28с/2022м	15
Биточки мясные	90	10,73	15,15	9,76	218,31	268/2017м	35
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	15
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>770</b>	<b>25,95</b>	<b>26,34</b>	<b>117,55</b>	<b>818,10</b>		<b>104,83</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1410,00</b>	<b>44,21</b>	<b>44,65</b>	<b>215,37</b>	<b>1452,96</b>		





Согласовано: Султанов  
 директор: Султанов



«Бизнес Консалтинг Групп»  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг

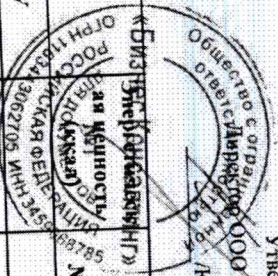
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Цена руб/ли
		Б	Ж	У	
День Завтрака I: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
<b>Завтрак</b>					
Йогурт вареный	40	5,08	4,60	0,28	63,00
Запеканка рисовая с творогом и молоком сухим 150/20	170	9,80	10,15	37,67	281,23
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14
Итого за завтрак	590	17,74	15,73	74,32	514,95
<b>Обед</b>					
Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,00
Суп гороховый	200	3,39	5,90	10,84	110,02
Жаркое по домашнему	200	16,73	11,30	25,40	270,22
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97
Итого за Обед	730	27,09	20,75	98,90	690,73
Всего за Среду	1320,00	44,83	36,48	173,22	1205,68





Сотласованно:  
директор

*И.В. Воробьева*



Утверждено  
Общество с ограниченной ответственностью «Амурская Бизнес Консалтинг»  
директор Корпороатко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			№ рец.	цена руб/кг
		Б	Ж	У		
День/Неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

	Завтрак						цена руб/кг
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	20
Гуляш из отварного мяса	90	12,02	11,79	3,27	167,27	246/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	11
Напиток витаминизированный "Витогла"	200	0,00	0,00	19,40	77,60	п.т	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
Итого за завтрак	560	21,20	20,75	88,68	636,07		104,83
Итого за неделю в среднем завтрак	606	20,62	18,32	86,80	601,65		

	Обед						цена руб/кг
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м	20
Рассольник ленинградский	200	1,92	5,80	13,22	106,62	54-3с/2022м	15
Запеканка картофельная с мясом	200	21,13	17,26	25,54	342,02	13м/2022м	47
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	730	28,72	24,01	102,88	738,53		104,83
Итого за Пятницу	1290	49,92	44,76	191,56	1374,60		
Итого за неделю в среднем обед	754,00	29,37	24,37	105,96	761,15		





Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность на 100г продукта (ккал)	№ рец.	Цена руб/шт
		Б	Ж	У			
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<b>День 1/неделя 2: Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша "Дружба" молочная из риса и пшеница	200	5.71	5.80	43.46	248.88	54-16к/2022н	35
Йогурт вареный	40	5.08	4.60	0.28	63.00	209/2017м	20
Блинчики со молоком тушеным 50/20	70	3.91	4.88	17.85	130.96	399/2017м	30
Чай с молоком	200	1.60	1.10	12.58	66.62	54-4тн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	701/2010м	4.83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>19.46</b>	<b>16.78</b>	<b>93.49</b>	<b>602.98</b>		<b>104.83</b>

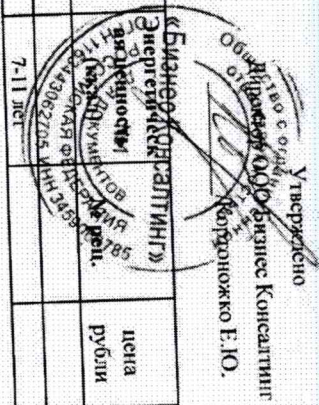
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность на 100г продукта (ккал)	№ рец.	Цена руб/шт
		Б	Ж	У			
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<b>Обед</b>							
Консервы закусовые (зеленый горошек)	60	1.7	0.1	3.5	22.1	131/2017м	20
Борщ с капустой и картофелем	200	1.44	3.94	8.75	83.00	54-28с/2022н	15
Кисели куриные, с соусом сметанным с томатом	90	11.20	13.90	4.22	186.78	801/331/2017м	32
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.40	4.90	32.80	196.80	203/2017м	15
Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	19.80	81.00	54-1хн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	701/2010м	4.83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1.68	0.33	14.82	68.97	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>770</b>	<b>25.08</b>	<b>23.57</b>	<b>103.21</b>	<b>732.17</b>		<b>104.83</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1320</b>	<b>44.54</b>	<b>40.35</b>	<b>196.70</b>	<b>1335.15</b>		





Сотласованно: *С.И. П.*  
 директор: *В.В. Кавалева*

Наименование блока	Вес блока	Пищевые вещества (г)			Цена руб/кг
		Б	Ж	У	
<b>День 2 /неделя 2: Вторник</b>					
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
<b>Завтрак</b>					
Консервы закусовые (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1
Плов из птицы	200	14,54	15,46	34,20	334,41
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52
<b>Итого за завтрак</b>	<b>640</b>	<b>19,24</b>	<b>16,46</b>	<b>77,47</b>	<b>540,67</b>
<b>Обед</b>					
Свежая отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	1,58	2,17	9,69	68,60
Жаркое по домашнему	200	16,73	11,30	25,40	270,22
Компот из яблок	200	0,40	0,10	16,60	68,20
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97
<b>Итого за Обед</b>	<b>730</b>	<b>24,43</b>	<b>17,90</b>	<b>90,79</b>	<b>625,19</b>
<b>Всего за Вторник</b>	<b>1370</b>	<b>43,67</b>	<b>34,36</b>	<b>168,26</b>	<b>1165,86</b>

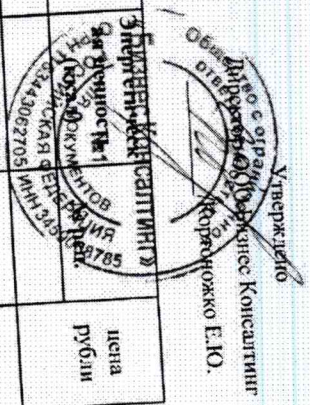


Утверждено  
 директор ООО Бизнес Консалтинг  
*Колуположко Е.Ю.*





Согласовано: № 8  
директор



Утверждено  
Корольченко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена руб/ли
		Б	Ж	У		
<b>День 3 недели 2: Среда</b>						
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
		<b>Завтрак</b>				
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м 20
Овощами	90	12,7	8,9	6,3	156,1	229/2017м 40
Картофель запеченный из отварного	150	3,32	8,42	23,04	181,22	146/2017м 18
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т 11
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2м/2022м 12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м 3,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>20,19</b>	<b>21,38</b>	<b>74,01</b>	<b>580,84</b>	
		<b>Обед</b>				
Консервы закусовые (кукуруза)	60	1,20	0,20	6,10	31,30	133/2017м 20
Суп крестьянский с крупой	200	5,12	5,78	10,86	115,58	54-10с/2022м 15
Мясо тушеное	90	12,58	15,38	5,56	210,98	256/2017м 32
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м 15
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	53-13м/2022 4,83
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м 3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м 3
<b>Итого за Обед</b>	<b>770</b>	<b>29,74</b>	<b>27,19</b>	<b>104,66</b>	<b>782,45</b>	
<b>Всего за Среду</b>	<b>1330</b>	<b>49,93</b>	<b>48,57</b>	<b>178,67</b>	<b>1363,29</b>	

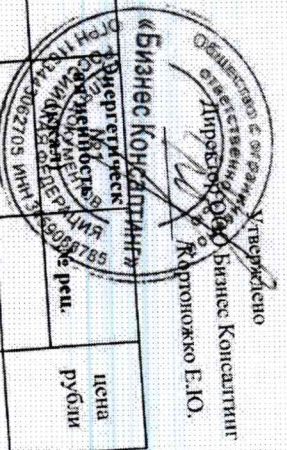








Сотласован:  
 директор И. В. Лаврова



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Цена руб/ли
		Б	Ж	У	7-11 лет	

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Цена руб/ли	
		Б	Ж	У	7-11 лет		
<b>День 5 /неделя 2: Пятница</b>							
		<b>Завтрак</b>					
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	20
Тертая с рисом (мясной) с соусом сметанным с томатом	90	11,48	8,35	9,50	159,07	15м/2022н 331/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Напиток витаминизированный "Витюшка"	200	0,00	0,00	19,40	77,60	п.т	11
Печенье топленое молоко	30	1,98	5,20	20,50	136,70		3,83
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	104,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>21,44</b>	<b>18,81</b>	<b>97,71</b>	<b>646,31</b>		
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>598,00</b>	<b>20,23</b>	<b>18,74</b>	<b>86,41</b>	<b>599,78</b>		

<b>Обед</b>							
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Цена руб/ли	
		Б	Ж	У	7-11 лет		
Зарузка из овощей (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,00	101/2004н	20
Суп гороховый	200	3,39	3,60	10,84	89,32	54-25с/2022н	15
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	90	12,7	8,9	6,3	156,1	229/2017м	30
Пюре картофельное	150	3,20	5,20	19,80	139,40	128/2017м	15
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	4,83
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	104,83
<b>Итого за Обед</b>	<b>770</b>	<b>25,92</b>	<b>21,41</b>	<b>107,68</b>	<b>728,91</b>		
<b>Итого за Пятницу</b>	<b>1330</b>	<b>47,36</b>	<b>40,22</b>	<b>205,39</b>	<b>1375,22</b>		
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>762,00</b>	<b>27,33</b>	<b>22,43</b>	<b>103,51</b>	<b>727,86</b>		



Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Среднее значение за завтрак		20,43	18,53	86,60	600,72
Выполнение СанПиН 2.3.2.4.3590-20	700	26,53	23,45	25,85	25,56
Норма обеда по СанПиН 30%- 35% ± 5%		23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5
Среднее значение за обед		28,35	23,40	104,74	744,50
Выполнение СанПиН 2.3.2.4.3590-20		36,82	29,62	31,26	31,68
Среднее значение за день		48,78	41,93	191,34	1345,22
Выполнение СанПиН 2.3.2.4.3590-20		63,35	53,07	57,12	57,24
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020	77,00	79,00		335,00	2350,00
Распределение ЭЦ	Завтрак	25,56	20-25%	Норма	
	Обед	31,68	30-35%		

Использованная литература: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Деги плюс, 2017 г

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

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

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