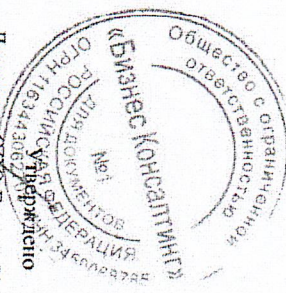


Согласовано:

директор И. В. Коротко, ШЛ № 5

И. В. Коротко
13.08.2014 г.



Директор ООО Бизнес Консалтинг
И. В. Коротко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с ограниченными возможностями здоровья с 1 по 4 класс (7-11 лет),
для 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 продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 54с.

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

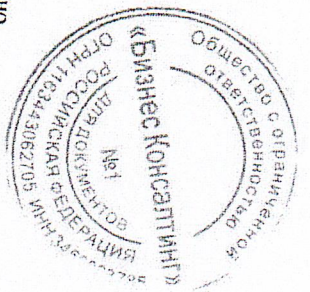
Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды

Среднестатистические наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПин 23/2.4.3590-20 Приложение для человека факторов среды
Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПин 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9
В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроингредиентов.

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

Согласовано:
 директор И.А.Рыж, СВЧ № 5
И.А.Рыж Л.В. Киселева
 23.08.2024 г.

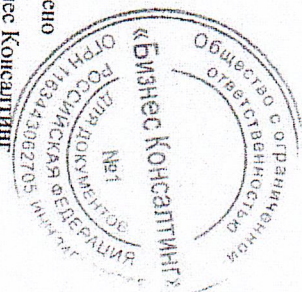
Утверждено
 директор ООО Бизнес Консалтинг
Л.В. Киселева
 Коргоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	Цена руб
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Капша молочная рисовая жидкая с маслом и сахаром	200	5,07	6,13	38	227,45	182/2017м	35
Бутерброд 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	54-237м/2022г	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
Итого за Завтрак	640	18,26	18,31	97,82	634,86		104,83
Обед							
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	54-28с/2022г	15
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	430	3,28	4,43	51,45	266,57		28,23
Всего за Понедельник	1070,00	21,54	22,74	149,27	901,43		133,06

Согласовано:
 директор Иванов И. В. СШ № 5
21.08.2024

Утверждено
 директор ООО Бизнес Консалтинг
Иванов И. В. 21.08.2024 г.
 Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м	20
Котлеты рыбные любительские с соусом 90/30	120	13,00	4,60	6,20	118,20	54-14р/	40
Картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98	157,50	54-3св/2022н	20
Печенье топленое молоко	30	1,98	5,20	20,50	136,70	125/2017м	9
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	п.т	12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	54-3гн/2022н	3,83
Итого за завтрак	590	21,08	16,10	74,85	538,86	701/2010м	104,83
Обед							
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	200	5,1	5,78	18,5	146,42	54-7с/2022н	15
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	15
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	430	7,38	6,31	48,52	280,69		33,23
Всего за Вторник	1020	28,46	22,41	123,37	819,55		138,06

Согласовано:

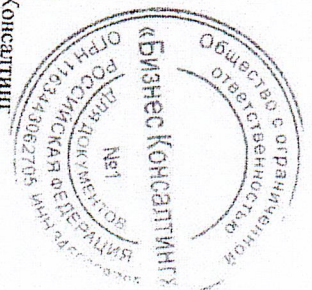
директор

И.В. Ковалева
13.08.2024

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

И.Ю. Кортоножко
13.08.2024

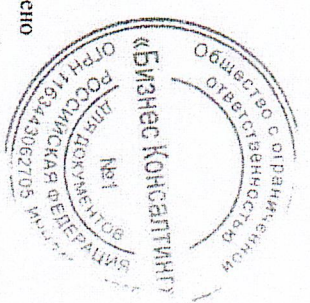


Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена рубли
		Б	Ж	У			
День Завтрака 1: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Наименование	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена рубли
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	209/2017м	20
Запеканка рисовая с творогом и молоком сладким 150/20	170	9,80	10,15	37,67	281,23	54-2в/2022м	45
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338/2017м	24
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-	12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	45гн/2022м	3,83
Итого за завтрак	590	17,74	15,73	74,32	514,95	701/2010м	104,83
Обед							
Суп гороховый	200	3,39	5,90	10,84	110,02	54-25с/2022м	15
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хп/2022м	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	430	5,57	6,23	45,46	259,99		28,23
Всего за Среду	1020,00	23,31	21,96	119,78	774,94		133,06

Согласовано:
 директор В.А.О.С. ШИХОВ
13.08.2024

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Корголюкко Е.Ю.
13.08.2024



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День /неделя 1: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							

Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	54/2017м	20
Котлеты мясокнатофельные по - Хмельовски с соусом 90/30	120	12,74	9,90	17,78	211,18	454/2004л 54-3св/2022н	32
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	15
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338/2017м	24
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2тн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
Итого за завтрак	650	24,82	20,70	98,31	683,52		104,83
Обед							
Пи из свежей капусты с картофелем	200	2,60	3,96	6,90	74,00	54-1с/2022н	15
Компот из яблок	200	0,40	0,10	16,60	68,20	54-4хн/2022н	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	430	4,68	4,39	38,32	211,17		28,23
Всего за Четверг	1080,00	29,50	25,09	136,63	894,69		133,06

Согласовано:

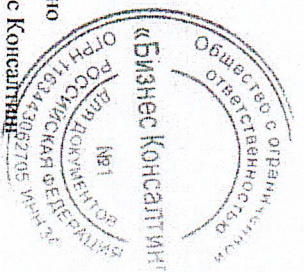
Директор *И.В.Ры, ВМ № 5*

И.В.Ры
А.В.Мещеряков

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

А.В.Р. 2024
Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День/неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Овощи по сезону в нарезке (огурцы)	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
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3тн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
Итого за завтрак	560	21,50	20,75	79,86	601,99		104,83
Итого за неделю в среднем завтрак	606	20,68	18,32	85,03	594,84		

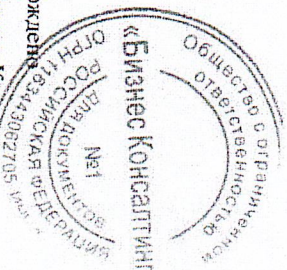
Обед

Рассолы/лик ленинградский	200	1,92	5,80	13,22	106,62	54-3с/2022н	15
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	430	3,76	6,29	55,92	290,19		28,23
Всего за Пятницу	990	25,26	27,04	135,78	892,18		133,06
Итого за неделю в среднем обед	430,00	4,93	5,53	47,93	261,72		

Согласовано:
 директор ООО "ВАС" № 5"
 23.08.2024г.

Утверждено:
 директор ООО Бизнес Консалтинг
 23.08.2024г.

Коргоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	цена в рубли
		Б	Ж	У			
День /неделя 2: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Каша "Дружба" молочная из риса и пшеница	200	5,71	5,80	43,46	248,88	54-16к/2022н	35
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	209/2017м	20
Блинчики со молоком ступенным 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	54-4гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,83
Итого за завтрак	550	19,46	16,78	93,49	602,98		104,83

Обед

Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	54-28с/2022н	15
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1км/2022н	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	430	3,62	4,27	43,37	232,97		28,23
Всего за Понедельник	980	23,08	21,05	136,86	835,95		133,06

Согласовано:

директор

Л. В. Давыдова
23.08.2024 г.

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Коргоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							

Консервы закубочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017м	25
Грив из пшны	200	14,54	15,46	34,20	334,41	291/2017м	40
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338/2017м	24
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого за завтрак	640	19,24	16,46	77,47	540,67		104,83

Обед							
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	1,58	2,17	9,69	68,60	101/2017м	15
Компот из яблок	200	0,40	0,10	16,60	68,20	54-4хн/2022н	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	430	3,66	2,60	41,11	205,77		28,23
Всего за Вторник	1070	22,90	19,06	118,58	746,44		133,06

Согласовано:

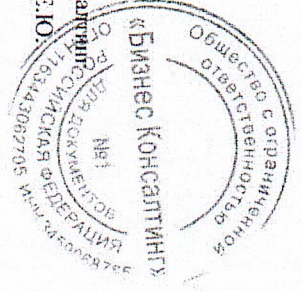
директор

И.В. Ковалева
23.08.2024

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Е.Ю. Кортоножко
23.08.2024



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена в рублях
		Б	Ж	У			
День 3 / неделя 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м	20
Котлеты рыбные лютительские с соусом 90/30	120	13,00	4,60	6,20	118,20	54-14р/54-3сс/2022н	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	54-2гн/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
Итого за завтрак	590	20,49	17,08	73,91	542,94		104,83

Обед

Суп крестьянский с крупой	200	5,12	5,78	10,86	115,58	54-10с/2022н	15
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	53-13хн/2022	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	430	7,40	6,31	40,88	249,85		28,23
Всего за Среду	1020	27,89	23,39	114,79	792,79		133,06

Согласовано:
 директор И.В. Мещеряков
23.08.2024

Утверждено
 директор ООО Бизнес Консалтинг
И.В. Мещеряков
23.08.2024

«Бизнес Консалтинг»
 Общество с ограниченной ответственностью
 №1
 ИНН 62-062705

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг							
Завтрак							
Закуска из оливок (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,00	101/2004л	20
Котлеты рубленые из кур	90	8,04	10,15	8,29	156,67	294/2017м	30
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	15
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338/2017м	24
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	45тг/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
Итого за завтрак	680	20,83	20,25	89,38	628,09		104,83

Обед							
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	200	5,1	5,78	18,5	146,42	54-7с/2022н	15
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	430	7,28	6,11	53,12	296,39		28,23
Всего за Четверг	1110	28,11	26,36	142,50	924,48		133,06

Согласовано:

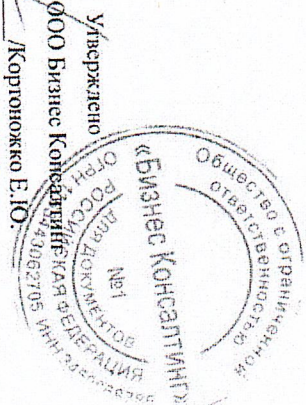
Директор

И.В. Асеева
13.08.2024

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

И.В. Асеева
13.08.2024



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 2: Пятница							
Завтрак							
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	20
Тертая капуста 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
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Печенье топленое молоко	30	1,98	5,20	20,50	136,70	п.т.	11
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
Итого за завтрак	560	21,74	18,81	88,89	612,23		104,83
Итого за неделю в среднем завтрак	604,00	20,35	17,88	84,63	585,38		

Обед

Суп гороховый	200	3,39	3,60	10,84	89,32	54-25с/2022н	15
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	430	5,23	4,09	53,54	272,89		28,23
Всего за Пятницу	990	26,97	22,90	142,43	885,12		133,06
Итого за неделю в среднем обед	430,00	5,44	4,68	46,40	251,57		

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		20,52	18,10	84,83	590,11
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		26,64	22,91	25,32	25,11
Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5
Среднее значение за обед		5,19	5,10	47,17	256,65
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		6,73	6,46	14,08	10,92
Среднее значение за день		25,70	23,20	132,00	846,76
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		33,38	29,37	39,40	36,03
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020		77,00	79,00	335,00	2350,00
Распределение ЭЦ				Норма	
	Завтрак		25,11	20-25%	
	Обед		10,92	30-35%	

Использованная литература: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели 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 макронутриентов.

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