



Согласовано:

директор

МКОУ СШ № 31

С.А. Соколов



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
№1
Кортоножко Е.Ю.

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (Обеды) учащихся льготной категории ОВЗ с 1-4класс (7-11 лет), для муниципальных общеобразовательных школ с 01.09.2022г.

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. -

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи 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 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

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

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

Согласовано: МКОУ

директор МКОУ с/ш № 31

О.А. Селевасов



Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец. по сбор.	цена руб
		Б	Ж	У	ккал		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

Неделя 1 / день 1 Понедельник

Обед

щи из свежей капусты со сметаной	250	3,51	6,27	8,97	107,16	54-1с/2022н	10
бутерброд с сыром	60	6,69	8,38	19,38	180,27	3/2017м	14
хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	4
компот из сухофруктов	180	0,45	0	17,82	72,9	54-1хн/2022н	7
Итого за обед	530	12,89	15,09	65,93	452,29		35

Согласовано:
директор



С. В. Сосновский



Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец. по сбор.	цена руб
		Б	Ж	У	ккал		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

Неделя 1/ день 2 Вторник

Обед

консервы закусочные (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67	101/2004л	6
суп картофельный с рыбой	250	7,37	8,45	15,67	168,25	54-27с/2022н	15
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	701/2010м	3
хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	4
компот из свежих фруктов	180	0,144	0,126	25,09	102,07	342/2017м	7
Итого за обед	560	13,754	12,136	83,73	473,38		35

Согласовано:

директор



МКОУ с/ш №31

С.А. Вилкова



Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Жортоножко Е.Ю.

Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец. по сбор.	цена руб
		Б	Ж	У	ккал		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

Неделя 1/ день 3 Среда

Обед

суп картофельный с крупой (пшено)	250	5,7	6,1	12,7	132,7	101/2017м	10
бутерброд с сыром	60	6,69	8,38	19,38	180,27	3/2017м	14
хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	4
напиток лимонный	180	0,178	0,018	21,78	83,7	699/2004л	7
Итого за обед	530	14,808	14,938	73,62	488,63		35

Согласовано:
директор



С.А. Сосновская



тв
р
д
ж
е
н
о
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кертоножко Е.Ю.

Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец. по сбор.	цена руб
		Б	Ж	У	ккал		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

Неделя 1/ день 4 Четверг

Обед

свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68	52/2017м	10
суп овощной со сметаной	250	2,02	6,90	18,67	113,12	54-17с/2022н	11
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	701/2010м	3
хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	4
компот из сухофруктов	180	0,45	0	17,82	72,9	54-1хн/2022н	7
Итого за обед	560	7,96	11,24	75,7	377,76		35

Согласовано:
директор



МКОУ СШ № 31
Р. А. Селевцов



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец. по сбор.	цена руб
		Б	Ж	У	ккал		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

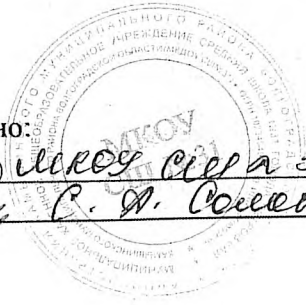
Неделя 1/ день 5 Пятница

Обед

яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63	209/2017м	11
рассольник ленинградский (перловка)	250	2,4	6,24	8,22	98,64	54-3с/2022н	10
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	701/2010м	3
хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	4
напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,24	18,68	79,38	54-13хн/2022н	7
Итого за обед	540	12,69	11,82	61,43	377,08		35

Согласовано:
директор

Ирина Сергеевна
С. И. Соловьева



Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец. по сбор.	цена руб
		Б	Ж	У	ккал		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

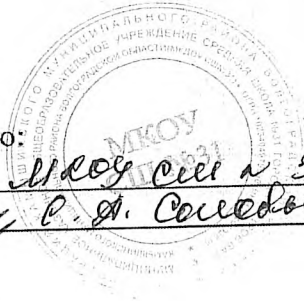
Неделя 2/ день 6 Понедельник

Обед

консервы закусочные (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67	101/2004л	10
суп картофельный с бобовыми (горох)	250	4,23	4,50	13,55	111,65	54-25с/2022н	11
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	701/2010м	3
хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	4
компот из сухофруктов	180	0,45	0	17,82	72,9	54-1хн/2022н	7
Итого за обед	560	10,92	8,06	74,34	387,61		35

Согласовано:

директор



В. А. Селедков



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец. по сбор.	цена руб
		Б	Ж	У	ккал		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

Неделя 2/ день 7 Вторник

Обед

борщ с свежей капустой и картофелем	250	1,8	8,66	4,69	103,9	54-28с/2022м	10
бутерброд с сыром	60	6,69	8,38	19,38	180,27	3/2017м	14
хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	4
напиток лимонный	180	0,178	0,018	21,78	83,7	699/2004л	7
Итого за обед	530	10,908	17,498	65,61	459,83		35

Согласовано:
директор



М.О.У. с/сера 31
С.И. Осседаева



Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.

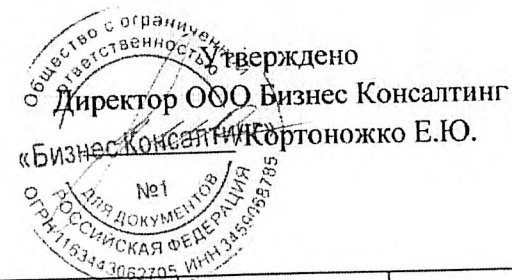
Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец. по сбор.	цена руб
		Б	Ж	У	ккал		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

Неделя 2/ день 8 Среда

Обед							
свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68	52/2017м	10
суп картофельный с крупой (рис)	250	5,37	5,55	11,82	118,71	54-11с/2022н	10
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	701/2010м	3
хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	4
напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,24	18,68	79,38	54-13хн/2022н	7
Итого за обед	560	11,46	10,13	69,71	389,83		34

Согласовано:

директор МКОУ с/с/а 3/
С. А. Селиванова



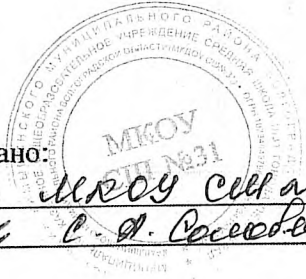
Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец. по сбор.	цена руб
		Б	Ж	У	ккал		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

Неделя 2/ день 9 Четверг

Обед

щи из свежей капусты со сметаной	250	3,51	6,27	8,97	107,16	54-1с/2022н	10
бутерброд с сыром	60	6,69	8,38	19,38	180,27	3/2017м	14
хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	4
компот из сухофруктов	180	0,45	0	17,82	72,9	54-1хн/2022н	7
Итого за обед	530	12,89	15,09	65,93	452,29		35

Согласовано:
директор



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
А.С. Асортножко Е.Ю.

Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец. по сбор.	цена руб
		Б	Ж	У	ккал		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

Неделя 2/ день 10 Пятница

Обед

суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,456	7,22	23,12	183,02	54-7с/2022н	15
печенье топленое молоко	30	5,2	6	12,3	124	п.т	6
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	701/2010м	3
хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	702/2010м	4
компот из свежих фруктов	180	0,144	0,126	25,09	102,07	342/2017м	7
Итого за обед	530	16,41	14,086	94,76	545,15		35
Всего за 10 дней	5 430,00	124,69	130,09	730,76	4 403,85		
Среднее показания за завтрак	543	12,47	13,01	73,08	440,39		