



Согласовано:  
директор МКОУ Новоусобродинской СШ  
Леонов Александр Р.Р.  
22.08.2024г.



Утверждено  
«Би» Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Жортоножко Е.Ю.  
22.08.2024г.

**Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки+ обед) учащихся льготной категории ОВЗ с 5-11класс (12-18 лет), для муниципальных общеобразовательных школ**

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  
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. Лапиной. - 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 макронутриентов.

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



Согласовано:

директор М.В. Килиснер  
Л.В. Ластарьяк Н.В.  
2024.08.20



Утверждено

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

2024.08.20

| Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |           |           | энергет. ценность<br>ккал | № рец.<br>по сбор. | цена<br>руб |
|-------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|---------------------------|--------------------|-------------|
|                   |           | Б                   | Ж         | У         |                           |                    |             |
| 2                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет                 | 1                  |             |

Неделя 1 / день 1 Понедельник

Завтрак

|  |     |       |       |       |        |              |      |
|--|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|------|
| каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с маслом | 200 | 7,82  | 10,26 | 29,40 | 241,22 | 54-22к/2022н | 20   |
| хлеб пшеничный                                   | 50  | 3,95  | 0,5   | 24,15 | 116,9  | 701/2010 м   | 5,36 |
| фрукт свежий (яблоко)                            | 100 | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 47,00  | 338/2017м    | 15   |
| чай с сахаром                                    | 200 | 0,2   | 0     | 10,38 | 42,32  | 54-2гн/2022н | 10   |
| Итого  | 550 | 12,37 | 11,16 | 73,73 | 447,44 |              |      |

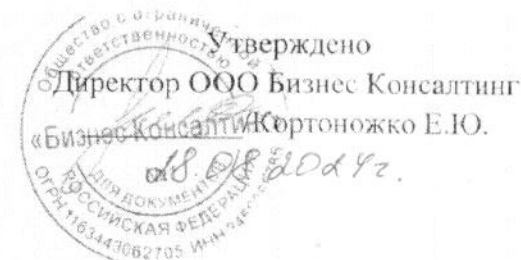
Обед

|                                  |      |       |       |        |        |              |       |
|----------------------------------|------|-------|-------|--------|--------|--------------|-------|
| 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      | 16    |
| 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 |              |       |
| Итого за день                    | 1080 | 25,26 | 26,25 | 139,66 | 899,73 |              | 87,36 |



Согласовано:

директор МКОУ Интегрированной смт  
Травяной Асташевки Н.В.  
18.08.2022г.



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг  
«Бизнес Консалтинг» Кортоножко Е.Ю.  
18.08.2022г.

| Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |           |           | энерг. ценност<br>ккал | № рец.<br>по сбор. | цена<br>руб |
|-------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|------------------------|--------------------|-------------|
|                   |           | Б                   | Ж         | У         |                        |                    |             |
| 2                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет              | 1                  |             |

Неделя 1/ день 2 Вторник

Завтрак

|   |     |       |       |       |        |                         |      |
|---|-----|-------|-------|-------|--------|-------------------------|------|
| фрикадельки мясные п/ф с соусом<br>100/20 | 120 | 12,36 | 12,15 | 8,17  | 191,47 | 77-7/2022-<br>331/2017м | 30   |
| макароны отварные с маслом                | 130 | 4,68  | 4,24  | 28,41 | 170,56 | 203/2017м               | 10   |
| хлеб пшеничный                            | 50  | 3,95  | 0,5   | 24,15 | 116,9  | 701/2010 м              | 5,36 |
| чай с молоком                             | 200 | 1,6   | 1,1   | 14,58 | 74,62  | 54-4гн/2022н            | 12   |
| Итого                                     | 500 | 22,59 | 17,99 | 75,31 | 553,55 |                         |      |

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 | 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     |
| 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  |              |       |
| Итого за день                         | 1060 | 36,344 | 30,126 | 159,04 | 1026,93 |              | 87,36 |



Согласовано:

директор *МКОУ «Итоснедефриминой с/с/п»*  
*Ласань Ластарык Н.В.*  
28.08.2024г.



Утверждено

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

| Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |           |           | энерг. ценно<br>ккал | № рец.<br>по сбор. | цена<br>руб |
|-------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|----------------------|--------------------|-------------|
|                   |           | Б                   | Ж         | У         |                      |                    |             |
| 2                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет            | 1                  |             |

Неделя 1/ день 3 Среда

Завтрак

|  |              |             |             |             |              |              |      |
|--|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------|
| каша жидкая молочная рисовая, с маслом и сахаром | 200          | 6,37        | 6,13        | 31,96       | 208,49       | 54-25к/2022н | 23   |
| фрукт свежий (яблоко)                            | 100          | 0,40        | 0,40        | 9,80        | 47,00        | 338/2017м    | 15   |
| хлеб пшеничный                                   | 20           | 1,58        | 0,20        | 9,66        | 45,76        | 701/2010м    | 2,36 |
| какао с молоком                                  | 200          | 4,08        | 3,54        | 17,58       | 118,6        | 382/2017м    | 15   |
| <b>Итого</b>                                     | <b>520,0</b> | <b>12,4</b> | <b>10,3</b> | <b>69,0</b> | <b>419,9</b> |              |      |

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   | 11           |
| 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            |
| <b>Итого за обед</b>              | <b>530</b>    | <b>14,808</b> | <b>14,938</b> | <b>73,62</b> | <b>488,63</b> |           |              |
| <b>Итого за день</b>              | <b>1050,0</b> | <b>27,2</b>   | <b>25,2</b>   | <b>142,6</b> | <b>908,5</b>  |           | <b>87,36</b> |



Согласовано:

директор *М.Ю. Кутумербаева*

*М.Ю. Кутумербаева*

28.08.2024г.



утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

«Бизнес Консалтинг» Кортоножко Е.Ю.

*Е.Ю. Кортоножко*

| Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |           |           | энерг. ценност<br>ккал | № рец.<br>по сбор. | цена<br>руб |
|-------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|------------------------|--------------------|-------------|
|                   |           | Б                   | Ж         | У         |                        |                    |             |
| 2                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет              | 1                  |             |

Неделя 1/ день 4 Четверг

Завтрак

|   |     |       |       |       |        |                           |      |
|---|-----|-------|-------|-------|--------|---------------------------|------|
| тефтели "Оригинальные" из п.ф с соусом 100/20 | 120 | 10,66 | 13,78 | 3,98  | 182,58 | 77-5/2022/<br>54-3с/2022н | 30   |
| каша рассыпчатая, гречневая                   | 130 | 4,60  | 4,58  | 31,20 | 184,41 | 171/2017м                 | 10   |
| хлеб пшеничный                                | 50  | 3,95  | 0,5   | 24,15 | 116,9  | 701/2010 м                | 5,36 |
| чай с сахаром                                 | 200 | 0,2   | 0     | 10,38 | 42,32  | 54-2гн/2022н              | 10   |
| Итого   | 500 | 19,4  | 18,9  | 69,7  | 526,2  |                           |      |

Обед

|                                       |      |       |       |        |        |              |       |
|---------------------------------------|------|-------|-------|--------|--------|--------------|-------|
| свекла отварная с растительным маслом | 60   | 0,88  | 3,6   | 4,96   | 55,68  | 52/2017м     | 8     |
| суп овощной со сметаной               | 250  | 2,02  | 6,90  | 18,67  | 113,12 | 54-17с/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     |
| 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 |              |       |
| Итого за день                         | 1060 | 27,37 | 30,1  | 145,41 | 903,97 |              | 87,36 |



Согласовано:

директор ИКОУ НПОУ «Нижнедвинской СП»  
Ластарник Н.В.  
28.08.2024г.



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг  
«Бизнес Консалтинг» Кортоножко Е.Ю.  
№ 28.08.2024г.

| Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |           |           | энерг. ценност<br>ккал | № рец.<br>по сбор. | цена<br>руб |
|-------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|------------------------|--------------------|-------------|
|                   |           | Б                   | Ж         | У         |                        |                    |             |
| 2                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет              | 1                  |             |

Неделя 1/ день 5 Пятница

Завтрак

|  |              |             |            |             |              |              |      |
|--|--------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|------|
| каша "Дружба" молочная из риса и пшена | 200          | 5,71        | 5,80       | 43,46       | 248,88       | 54-16к/2022н | 20   |
| фрукт свежий (яблоко)                  | 100          | 0,40        | 0,40       | 9,80        | 47,00        | 338/2017м    | 15   |
| хлеб пшеничный                         | 50           | 3,95        | 0,5        | 24,15       | 116,9        | 701/2010 м   | 5,36 |
| чай с лимоном и сахаром                | 200          | 0,3         | 0          | 10,58       | 43,52        | 54-3гн/2022н | 8    |
| <b>Итого</b>                           | <b>550,0</b> | <b>10,4</b> | <b>6,7</b> | <b>88,0</b> | <b>456,3</b> |              |      |

Обед

|                                     |               |              |              |              |               |               |              |
|-------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| яйцо отварное                       | 40            | 5,08         | 4,6          | 0,28         | 63            | 209/2017м     | 15           |
| 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            |
| <b>Итого за обед</b>                | <b>540</b>    | <b>12,69</b> | <b>11,82</b> | <b>61,43</b> | <b>377,08</b> |               |              |
| <b>Итого за день</b>                | <b>1090,0</b> | <b>23,1</b>  | <b>18,5</b>  | <b>149,4</b> | <b>833,4</b>  |               | <b>87,36</b> |



Согласовано:

директор ООО Нитрофармацевтической СМ  
Ласицкая Ластарья Н.В.  
28.08.2024г.



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Кортоножко Е.Ю.

28.08.2024г.

| Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |           |           | энерг. ценност<br>ккал | № рец.<br>по сбор. | цена<br>руб |
|-------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|------------------------|--------------------|-------------|
|                   |           | Б                   | Ж         | У         |                        |                    |             |
| 2                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет              | 1                  |             |

Неделя 2/ день 6 Понедельник

**Завтрак**

|   |            |              |              |              |               |              |      |
|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|------|
| каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом | 200        | 7,30         | 9,97         | 26,88        | 226,45        | 54-27к/2022н | 25   |
| хлеб пшеничный                                  | 50         | 3,95         | 0,5          | 24,15        | 116,9         | 701/2010 м   | 5,36 |
| фрукт свежий (яблоко)                           | 100        | 0,40         | 0,40         | 9,80         | 47,00         | 338/2017м    | 15   |
| чай с лимоном и сахаром                         | 200        | 0,3          | 0            | 10,58        | 43,52         | 54-3гн/2022н | 10   |
| <b>Итого</b>                                    | <b>550</b> | <b>11,95</b> | <b>10,87</b> | <b>71,41</b> | <b>433,87</b> |              |      |

**Обед**

|                                       |             |              |              |               |               |              |              |
|---------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| консервы закусочные (икра кабачковая) | 60          | 1,63         | 2,82         | 8,72          | 67            | 101/2004л    | 8            |
| суп картофельный с бобовыми (горох)   | 250         | 4,23         | 4,50         | 13,55         | 111,65        | 54-25с/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            |
| компот из сухофруктов                 | 180         | 0,45         | 0            | 17,82         | 72,9          | 54-1хн/2022н | 7            |
| <b>Итого за обед</b>                  | <b>560</b>  | <b>10,92</b> | <b>8,06</b>  | <b>74,34</b>  | <b>387,61</b> |              |              |
| <b>Итого за день</b>                  | <b>1110</b> | <b>22,87</b> | <b>18,93</b> | <b>145,75</b> | <b>821,48</b> |              | <b>87,36</b> |



Согласовано:

директор

*Исметгалимовой см*  
*Дасту Зафарьян Н.В.*  
*28.08.2024г.*



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

«Бизнес Консалтинг» Кортоножко Е.Ю.

*28.08.2024г.*

| Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |           |           | энергет. ценность<br>ккал | № рец.<br>по сбор. | цена<br>руб |
|-------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|---------------------------|--------------------|-------------|
|                   |           | Б                   | Ж         | У         |                           |                    |             |
| 2                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет                 | 1                  |             |

**Неделя 2/ день 7 Вторник**

**Завтрак**

|  |            |              |              |              |               |                        |      |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------------------|------|
| котлета куриная из п/ф с соусом 100/20 | 120        | 8,68         | 11,28        | 6,70         | 163,04        | 77-2/2022<br>331/2017м | 30   |
| макароны отварные с маслом             | 130        | 4,68         | 4,24         | 28,41        | 170,56        | 203/2017м              | 10   |
| чай с сахаром                          | 200        | 0,2          | 0            | 10,38        | 42,32         | 54-2гн/2022н           | 5    |
| хлеб пшеничный                         | 50         | 3,95         | 0,5          | 24,15        | 116,9         | 701/2010 м             | 5,36 |
| <b>Итого</b>                           | <b>500</b> | <b>17,51</b> | <b>16,02</b> | <b>69,64</b> | <b>492,82</b> |                        |      |

**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      | 16           |
| 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            |
| <b>Итого за обед</b>                | <b>530</b>  | <b>10,908</b> | <b>17,498</b> | <b>65,61</b>  | <b>459,83</b> |              |              |
| <b>Итого за день</b>                | <b>1030</b> | <b>28,418</b> | <b>33,518</b> | <b>135,25</b> | <b>952,65</b> |              | <b>87,36</b> |





Согласовано:

директор МКУ «Иттигиджуржиской с/м  
Ласты Ластаржи Н.В.  
СШ 28.08.2024г.



Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

СШ 28.08.2024г.

| Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |           |           | энергет. ценность<br>ккал | № рец.<br>по сбор. | цена<br>руб |
|-------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|---------------------------|--------------------|-------------|
|                   |           | Б                   | Ж         | У         |                           |                    |             |
| 2                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет                 | 1                  |             |

Неделя 2/ день 8 Среда

Завтрак

|                                  |            |              |              |              |               |              |      |
|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|------|
| рыба, тушеная в томате с овощами | 90         | 12,7         | 8,9          | 6,3          | 156,61        | 229/2017м    | 30   |
| картофель отварной               | 130        | 2,6          | 0,14         | 20,54        | 97,24         | 125/2017м    | 10   |
| хлеб пшеничный                   | 50         | 3,95         | 0,5          | 24,15        | 116,9         | 701/2010 м   | 5,36 |
| чай с молоком                    | 200        | 1,6          | 1,1          | 14,58        | 74,62         | 54-4гн/2022н | 10   |
| <b>Итого</b>                     | <b>470</b> | <b>20,85</b> | <b>10,64</b> | <b>65,57</b> | <b>445,37</b> |              |      |

Обед

|                                       |             |              |              |               |               |               |              |
|---------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| свекла отварная с растительным маслом | 60          | 0,88         | 3,6          | 4,96          | 55,68         | 52/2017м      | 8            |
| 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            |
| <b>Итого за обед</b>                  | <b>560</b>  | <b>11,46</b> | <b>10,13</b> | <b>69,71</b>  | <b>389,83</b> |               |              |
| <b>Итого за день</b>                  | <b>1030</b> | <b>32,31</b> | <b>20,77</b> | <b>135,28</b> | <b>835,2</b>  |               | <b>87,36</b> |



Согласовано:

Директор МКОУ «Министерства здравоохранения РТ»  
Тастарманов Н.В.  
28.08.2024г.



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Кортоножко Е.Ю.  
28.08.2024г.

| Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |           |           | энерг. ценно<br>ккал | № рец.<br>по сбор. | цена<br>руб |
|-------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|----------------------|--------------------|-------------|
|                   |           | Б                   | Ж         | У         |                      |                    |             |
| 2                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет            | 1                  |             |

Неделя 2/ день 9 Четверг

**Завтрак**

|                                      |            |             |            |             |              |              |      |
|--------------------------------------|------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|------|
| суп молочный с макаронными изделиями | 250        | 6,87        | 5,67       | 22,32       | 167,77       | 54-19к/2022н | 20   |
| фрукт свежий (яблоко)                | 100        | 0,40        | 0,40       | 9,80        | 47,00        | 338/2017м    | 15   |
| хлеб пшеничный                       | 20         | 1,58        | 0,20       | 9,66        | 45,76        | 701/2010м    | 2,36 |
| какао с молоком                      | 200        | 4,08        | 3,54       | 17,58       | 118,6        | 382/2017м    | 13   |
| <b>Итого</b>                         | <b>570</b> | <b>12,9</b> | <b>9,8</b> | <b>59,4</b> | <b>379,1</b> |              |      |

**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      | 16           |
| 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            |
| <b>Итого за обед</b>             | <b>530</b>  | <b>12,89</b> | <b>15,09</b> | <b>65,93</b>  | <b>452,29</b> |              |              |
| <b>Итого за день</b>             | <b>1100</b> | <b>25,82</b> | <b>24,9</b>  | <b>125,29</b> | <b>831,42</b> |              | <b>87,36</b> |



Согласовано:

директор *М.В. Митснеродинской сш*  
*Иванов И.В.*  
*28.08.2024г.*



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
*Жоргоножко Е.Ю.*  
 «Бизнес Консалтинг»  
*28.08.2024г.*

| Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |           |           | энергет. ценнос<br>ккал | № рец.<br>по сбор. | цена<br>руб |
|-------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|-------------------------|--------------------|-------------|
|                   |           | Б                   | Ж         | У         |                         |                    |             |
| 2                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет               | 1                  |             |

Неделя 2/ день 10 Пятница

**Завтрак**

|  |            |              |              |              |               |              |      |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|------|
| консервы закусочные (Зеленый горошек) отварной | 30         | 0,85         | 0,05         | 1,75         | 11,05         | 131/2017м    | 10   |
| плов с мясом                                   | 230        | 15,57        | 16,90        | 28,98        | 330,35        | 265/2017м    | 37   |
| компот из сухофруктов                          | 200        | 0,5          | 0            | 19,8         | 81            | 54-1хн/2022н | 7    |
| хлеб пшеничный                                 | 50         | 3,95         | 0,5          | 24,15        | 116,9         | 701/2010 м   | 5,36 |
| <b>Итого</b>                                   | <b>510</b> | <b>20,87</b> | <b>17,45</b> | <b>74,68</b> | <b>539,30</b> |              |      |

**Обед**

|  |             |              |               |              |               |             |              |
|--|-------------|--------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--------------|
| суп картофельный с макаронными изделиями | 250         | 6,456        | 7,22          | 23,12        | 183,02        | 54-7с/2022н | 10           |
| печенье топленое молоко                  | 30          | 5,2          | 6             | 12,3         | 124           | п.г         | 4            |
| 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            |
| <b>Итого за обед</b>                     | <b>530</b>  | <b>16,41</b> | <b>14,086</b> | <b>94,76</b> | <b>545,15</b> |             |              |
| <b>Итого за день</b>                     | <b>1040</b> | <b>37</b>    | <b>32</b>     | <b>169</b>   | <b>1084</b>   |             | <b>87,36</b> |

|  |           |        |        |          |          |  |  |
|--|-----------|--------|--------|----------|----------|--|--|
| <b>Всего за 10 дней</b>                      | 10 650,00 | 282,99 | 260,55 | 1 443,56 | 9 077,62 |  |  |
| <b>Среднее показания за завтрак</b>          | 1065      | 28,30  | 26,05  | 144,36   | 907,76   |  |  |
| <b>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в %</b> |           | 31,44  | 28,32  | 37,69    | 33,37    |  |  |

|   |  |       |       |        |         |  |  |
|---|--|-------|-------|--------|---------|--|--|
| <b>Потребность в пищевых веществах для обучающихся 12-18 лет по проекту СанПиН 2020</b> |  | 90,00 | 92,00 | 383,00 | 2720,00 |  |  |
|---|--|-------|-------|--------|---------|--|--|

|                         |  |  |  |       |        |  |  |
|-------------------------|--|--|--|-------|--------|--|--|
| <b>Распределение ЭЦ</b> |  |  |  | Норма |        |  |  |
|                         |  |  |  | 33,37 | 30-35% |  |  |