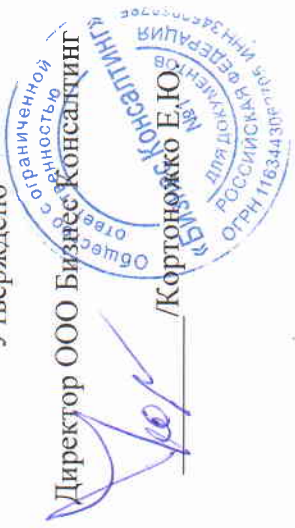




М.О. директор М.К.О. Садовская С.И.

Кострикина Н.А.
09.01.2024г

Утверждено



Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Примерное 2-х недельное меню на горячее питание для учащихся с 5 по 11 класс (12-18 лет) ОВЗ группы (завтрак+полдник), 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. - 544с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с.

САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №7,

Масса порций для детей в зависимости от взраста (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; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано:

М.О. директор МКОУ «Саровская СШ»
Косарькина Н.А.
05.01.2024г.



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Корлюнжко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
Завтрак							
День 1 /неделя 1: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет			
Каша молочная из овсяных хлопьев жидкая с маслом и сахаром	250	8,88	14,57	50,24	369,32	182/2017м	35
Блинчики (оладьи) с молоком сгущенным 50/20	70	5,08	2,98	18,85	122,54	399/2017м	25
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,50
Итого за _Завтрак	660	17,72	18,35	108,59	674,70		93,5
Полдник							
Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017м	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
Итого за Полдник	350	5,26	10,90	77,59	429,52		25
Всего за Понедельник	1010,00	22,98	29,25	186,18	1104,22		118,5



Согласовано:

М.О. директор И.К.О.У. Сардовская С.М.
И.А. Косарькина Н.А.
 05.01.2024г



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

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник							
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Квашеная капуста с маслом растительным	100	1,71	5,01	8,46	85,70	47/2017м	20
Гуляш из отварного мяса птицы	100	12,02	11,79	3,27	167,27	246/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
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	3,5
Итого за завтрак	620	24,97	24,18	82,98	649,27		93,5
Полдник							
Каша молочная жидкая пшениная, с сахаром и маслом	150	4,22	4,99	12,90	203,60	182/2017м	15
Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,60	54-3гн/2022н	8
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	701/2010м	2
Итого за Полдник	350	6,02	5,19	30,49	282,96		25
Всего за Вторник	970	30,99	29,37	113,47	932,23		118,5



М.О. директор МКОУ «Саровская СШ»
 согласовано: Косырякина Н. А.
 09.01.2024



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

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Закуска из овощей (икра кабачковая)	100	2,71	4,70	14,53	111,67	101/2004л	20
Котлеты мясокапустные из П/Ф	100	9,30	6,10	5,90	116,00	ТТК 77-6 /2022	38
Каша рассыпчатая, гречневая	180	9,95	10,74	44,84	315,00	171/2017м	17
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	620	25,42	21,94	95,17	679,71		93,5
Полдник							
Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
Итого за Полдник	350	9,18	9,20	46,14	280,10		25
Всего за Среду	970,00	34,60	31,14	141,31	959,81		118,5



Согласовано:

М.О. директор И.К.С.У. Садовская С.И.
Дир. И.К.С.У. Коордыкина Н.А.
09.01.2024г.



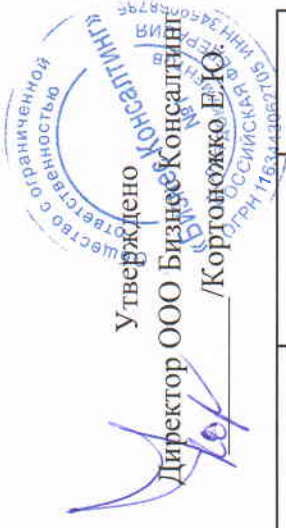
Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
День 5/неделя 1: Пятница							
Завтрак							
Консервы закусочные (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,38	131/2017М	24
Плов из птицы	230	16,72	17,78	39,33	384,57	291/2017М	50
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	4,5
Итого за завтрак	570	23,21	18,34	84,25	595,47		93,5
Итого за неделю в среднем завтрак	598	23,55	21,95	89,87	652,17		
Полдник							
Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017М	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2ГН/2022Н	7
Итого за Полдник	350	5,26	10,90	77,59	429,52		25
Всего за Пятницу	920	28,47	29,24	161,84	1024,99		118,5
Итого за неделю в среднем обед	350,00	6,31	8,11	58,79	346,70		



Согласовано:

М.о. директор А.А. Савоенская С.И.
09.01.2024г.



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 1/неделя 2: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет			

Завтрак

Каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	250	6,96	12,82	48,13	330,68	181/2017м	35
Блинчики (олады) с молоком сгущенным 50/20	70	5,08	2,98	18,85	122,54	399/2017м	25
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022гн	10
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,50
Итого за завтрак	660	15,80	16,60	106,48	636,06		93,5

Полдник

Олады с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022гн	7
Итого за Полдник	350	9,18	9,20	46,14	280,10		25
Всего за Понедельник	1010	24,98	25,80	152,62	916,16		118,5



Согласовано:

М.О. директор М.Коч. Садовская С.И.
05.01.2024г



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
А.С. Корконожко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
Завтрак							
День 2 /неделя 2: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Квашеная капуста с маслом растительным	100	1,71	5,01	8,46	85,70	47/2017м	20
Птицы тушеная в сметанном соусе с морковью	100	11,77	10,12	5,48	160,12	54-25м/2022н	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,5
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Итого за завтрак	620	23,42	21,41	83,19	619,02		93,5
Полдник							
Каша молочная жидкая пшениная, с сахаром и маслом	150	4,22	4,99	12,90	203,60	182/2017м	15
Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,60	54-3гн/2022н	8
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	701/2010м	2
Итого за Полдник	350	6,02	5,19	30,49	282,96		25
Всего за Вторник	970	29,44	26,60	113,68	901,98		118,5



Согласовано:

М.О. директор М.Ю. Садовская Е.И.
09.01.2024г



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 3 /неделя 2: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

Свекла отварная с маслом растительным	100	1,47	6,00	8,30	92,80	54/2017М	20
Котлеты печеночные из П/Ф с маслом сливочным 100/5	105	12,83	12,97	10,27	209,13	ТТК 77-4 /2022	40
Картофель отварной с маслом	180	3,63	7,12	26,18	183,32	125/2017М	15
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010М	3,5
Итого за завтрак	625	21,25	26,57	71,25	608,85		93,5

Полдник

Макаронь отварные с сахаром	170	5,70	4,31	55,65	284,19	ТТК 77-13 /2022	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
Итого за Полдник	350	5,88	4,31	64,99	322,29		25
Всего за Среду	975	27,13	30,88	136,24	931,14		118,5



Согласовано:

М.О. директор ШКОЛ Садовская Е.И.

1 Кооператива Н.А.

05.01.2024г



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Мортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
Завтрак							
День 4/неделя 2: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Каша молочная "Дружба" из смеси рисовой и пшенной крупы	250	10,33	13,59	47,20	380,00	183/2017м	35
Сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	36,00	3/2017м	18
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382/2017м	17
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,5
Итого за завтрак	600	20,29	20,88	93,90	675,12		93,5
Полдник							
Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017м	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
Итого за Полдник	350	5,26	10,90	77,59	429,52		25
Всего за Четверг	950	25,55	31,78	171,49	1104,64		118,5



Согласовано:

И.О. директор И.К.О.У. Садовская С.И.
И.О. директор И.К.О.У. Коострикина Н.А.
09.01.2024г

Общество с ограниченной
ответственностью
«ИНИТЕРС-КОНСАЛТИНГ»
Утверждено
№1
ДИРЕКТОРА
И.К.О.У. КООСТРИКИНА
Н.А.
Директор ООО Бизнес-Консалтинг
Ог.ос.с.и.с.к.а.и.н.г.
/Коргоноджо.Б.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
Консервы закулочные (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,38	131/2017м	24
Гречка по купчески	230	15,18	20,47	34,50	382,95	291/2017м	50
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,20	389/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,5
Итого за завтрак	570	22,17	21,03	79,82	597,05		93,5
Итого за неделю в среднем завтрак	615,00	20,59	21,30	86,93	627,22		
Полдник							
Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
Итого за Полдник	350	9,18	9,20	46,14	280,10		25
Всего за Пятницу	920	31,35	30,23	125,96	877,15		118,5
Итого за неделю в среднем обед	350,00	7,10	7,76	53,07	318,99		



Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-97,75	544-680
<i>Среднее значение за завтрак</i>		22,07	21,63	88,40	639,69
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		24,52	23,51	23,08	23,52
Норма Полдника по СанПиН 10%- 15% ± 10%	350	9-13,5	9,2-13,8	38,3-57,45	272-408
<i>Среднее значение за полдник</i>		6,71	7,94	55,93	332,85
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		7,45	8,63	14,60	12,24
<i>Среднее значение за день</i>		28,78	29,56	144,33	972,54
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		31,98	32,13	37,68	35,76
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 12-18 лет по проекту СанПиН 2020					
Распределение ЭЦ		90,00	92,00	383,00	2720,00
				Норма	
	Завтрак		23,52	20-25%	
			12,24	10-15%	

Использованная литература: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха. В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов. В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.