



Согласовано:

Директор

М.Ю. Саровская  
Клёквина Н.А.  
09.09.2023 г. М.П.



Утверждено

Директор ООО Бизнес-Консалтинг

К.В. Зинченко  
09.09.2023 г.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Неделя 1/ день 1

Завтрак

182/2017М	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,10	11,66	40,25	295,45
399/2017М	блинчики (оладьи) с молоком стученным	70	5,08	2,98	18,85	122,54
701/2010М	хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,14
338/2017М	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-2гн/2022Н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38
	Итого	600	15,15	15,37	93,77	577,51
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Согласовано: МКОУ "Саровская СШ"  
 Директор Кленкина Н.А.  
01.09.2023 г.

Общество с ограниченной ответственностью  
 "БИЗНЕС-КОНСАЛТИНГ"  
 Утверждено  
 Директор ООО Бизнес-Консалтинг  
 Кортонюжар Е.Ю.  
 ИНН 3403011634

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Неделя 1/ День 2						
Завтрак						
47/20017м	капуста квашеная	60	1,02	3,00	5,07	51,4
246/2017м	гуляш из отварного мяса птицы	100	13,24	8,20	3,30	139,96
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,14
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>23,63</b>	<b>17,53</b>	<b>68,24</b>	<b>524,94</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Согласовано:

Директор

МКОУ "Саровская СШ"  
Кленкина Н.А.  
01.09.2023г



Директор ООО Бизнес-консалтинг  
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Неделя 1 / день 3						
Завтрак						
101/2004л	икра кабачковая консервированная	60	0,976	0,96	6,16	62,4
ТТК 77/6/2023	котлеты мясикапустные п/ф высокой степени готовности	100	9,3	6,1	5,9	116
171/2017м	каша рассыпчатая гречневая	150	8,29	8,95	37,37	262,5
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,14
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6
	Итого	540,0	25,0	19,9	81,5	629,6
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



Согласовано: И.Коч. Саровская С.И.  
 Директор Клеменца Н.А.  
 01.09.2023г. *[Signature]*

10-ти дневное меню - для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

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

Неделя 1/ день 4

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	10,70	7,40	6,30	134,60
125/2017м	картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	21,98	153,5
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,55	24,15	116,90
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>18,72</b>	<b>17,49</b>	<b>67,77</b>	<b>503,06</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

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

Неделя 1/ день 5

Завтрак

131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1
291/2017м	плов из птицы	200	16,89	9,86	29,20	302,66
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,44	19,32	93,52
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>22,25</b>	<b>10,40</b>	<b>71,82</b>	<b>499,28</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



Согласовано: МКОУ, суровская сш  
 Директор Кленкина Н.А. СШ  
01.09.2023г Зинина



Утверждено  
 «Бизнес Консалтинг»  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
01.09.2023г Кортоножко Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

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

Неделя 2 / день 6

Завтрак

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	5,55	9,74	38,50	264,55
209/2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-2гн/2022г	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38
	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>13,60</b>	<b>15,07</b>	<b>73,45</b>	<b>487,07</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



Согласовано: МКОУ "Садовская сш  
 Директор Кленкина Н.А.  
01.09.2023 г.



Утверждено  
 Директор Бухаринес Консалтинг  
01.09.2023 /Корсаков Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

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

Неделя 2/ день 7

Завтрак

47/20017м	капуста квашеная	60	1,02	3,00	5,07	51,4
54-25м/2022н	птица тушенная в сметанном соусе с морковью	90	10,60	9,11	4,93	144,11
203/2017м	макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,14
	Итого	530	19,69	17,34	67,87	505,99
	Норма завтрака по СанПин	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Согласовано: Шкоу, Саровская С.И.  
 Директор Кленейкина Н.А.  
01.09.2023 г.

Утверждено  
 Общество с ограниченной  
 ответственностью  
 «Бизнес Консалтинг»  
 ООО Бизнес Консалтинг  
 Кортоножко Е.Ю.  
 №1  
 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ  
 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
 ОГРН 1163443062705

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

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

Неделя 2/ день 8

Завтрак						
№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	Энергет. ценность
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68
ТТК 77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с маслом	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
125/2017м	картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	21,98	153,5
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,14
54-45гн/2022н	чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08
	<b>Итого</b>	<b>545</b>	<b>19,23</b>	<b>22,92</b>	<b>58,88</b>	<b>518,53</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5





Согласовано: МКО Ч. Саровская СМ  
 Директор Клементина Н.А.  
01.09.2023



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Александр Александрович

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

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

Неделя 2/ день 9

Завтрак

183/2017	каша гречневая жидкая молочная с маслом и сахаром	200	8,26	11,80	41,05	304,00
15/2017	сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	36,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,14
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	540	15,0	16,6	77,9	523,8
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



Согласовано: М.Ю. Саваровская с.ш.  
 Директор Кленкина Н.А.  
01.09.2023



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Неделя 2/ день 10						
Завтрак						
131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1
291/2017м	плов из птицы	200	16,89	9,86	29,20	302,66
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,44	19,32	93,52
	Итого	500	22,25	10,40	71,82	499,28
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5