



Согласовано: МКОУ «Суровская с.ш.»
 Директор Кленкина Н.А.
01.09.2023 г.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

Неделя 1/ день 1

Завтрак						
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	8,88	14,57	50,24	369,32
399/2017м	блинчики (оладьи) с молоком стуженным	70	5,08	2,98	18,85	122,54
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,44	19,32	93,52
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	660	17,72	18,39	108,59	674,76
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680



Согласовано: М.Коч. Саровская Е.И.
 Директор Кленкина Н.А.
01.09.2023 г.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					
Неделя 1/ день 2						
47/20017м	капуста квашеная	100	1,71	5,01	8,46	85,7
246/2017м	гуляш из отварного мяса птицы	100	13,24	8,20	3,30	139,96
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,44	19,32	93,52
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	620	26,19	20,63	83,01	621,96
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Завтрак

Согласовано: Шкоуч. Евровека сш
 Директор Кленкина С.А.
01.09.2023 г.

Утверждено
 Директор ООО Бизнес-консалтинг
Кортоножко С.Ю.
 ООО «Бизнес-консалтинг»
 Для документа №1
 Р-ОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 ОГРН 1163443062105 ИНН 34-05-00349-01

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12- 18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					
Неделя 1/ день 3						
101/2004л	икра кабачковая консервированная	100	1,626	1,6	10,262	104
ТТК 77/6/2023	котлеты мяскапустные п/ф высокой степени готовности	100	9,3	6,1	5,9	116
171/2017м	каша рассыпчатая гречневая	180	9,95	10,74	44,84	315
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,44	19,32	93,52
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6
	Итого	620,0	28,1	22,4	97,9	747,1
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Завтрак



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Неделя 1/ день 4

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6,01	8,26	92,8
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	11,89	8,90	7,50	157,66
125/2017м	картофель отварной с маслом	180	3,63	7,12	26,18	183,32
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
	Итого	630	21,07	22,58	76,47	593,06
	Норма завтрака по СанПин	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Согласовано: МКОУ «Саровская ем»
 Директор Кленкина И.А.
01.09.2023

Общество с ограниченной
 ответственностью
 «Бизнес Консалтинг»
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Коп

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

Неделя 1/ день 5

Завтрак

131/2017м	Консервы закусовые (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,83
291/2017м	Плов из птицы	230	19,42	11,34	34,09	348,06
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,55	24,15	116,90
	Итого	580	26,70	12,05	83,84	582,79
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Согласовано: М. Коучваровская см.
 Директор К. Мелниченко
01.09.2023



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					

Неделя 2/ день 6

Завтрак

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	6,93	12,82	48,13	330,68
209/2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,44	19,32	93,52
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	630	15,77	18,26	87,91	576,58
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680



Согласовано: МКОУ. Саровская сш
 Директор Кленкина Н.А
01.09.2023 МКОУ



Утверждено
 Директор МКОУ. Бирюковская сш
01.09.2023

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
по сбор.						
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Неделя 2/ день 7

Завтрак

47/20017м	капуста квашеная	100	1,71	5,01	8,46	85,7
54-25м/2022н	птица тушеная в сметанном соусе с морковью	100	11,78	10,12	5,47	160,08
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,44	19,32	93,52
	Итого	620	23,43	21,45	83,18	618,98
	Норма завтрака по СанПин	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680



Согласовано: М.Коч. саровская еш
 Директор К.Менкина Н.А.
01.09.2023 г.

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.
 «Бизнес Консалтинг»
 №1
 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ
 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 ОГРН 1163143062705

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

Неделя 2/ день 8

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6,01	8,26	92,8
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	180	3,63	7,12	26,18	183,32
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,44	19,32	93,52
54-45гн/2022н	чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08
	Итого	625	21,18	26,62	71,21	608,85
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680



Согласовано: М.Коч. Саровская Е.И.
 Директор Кленкина Н.А.
01.09.2023



Утверждено
 Директор ООО «Бизнес-Контрастинг»
Кортоножко Е.В.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					

Неделя 2/ день 9

Завтрак

183/2017	каша гречневая жидкая молочная с маслом и сахаром	250	10,30	13,84	51,31	380,68
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	40	3,16	0,44	19,32	93,52
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	600	17,8	18,7	93,0	623,8
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Согласовано: МКОУ «Саровская с/ш
 Директор Кленкина Н.А.
01.09.2023 г.

Общество с ограниченной
 ответственностью
 «Бизнес Консалтинг»
 Утверждено
 № 01/09/23
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 [Подпись]
 1728443062705

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 12-18 лет
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2	12-18 лет				

Неделя 2/ день 10

Завтрак						
131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,83
291/2017м	плов из птицы	230	19,42	11,34	34,09	348,06
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,55	24,15	116,90
	Итого	580	26,70	12,05	83,84	582,79
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680