



Согласовано:
 Директор МКУ «Вербенская СШ»
 Шамамов Ф.Е.



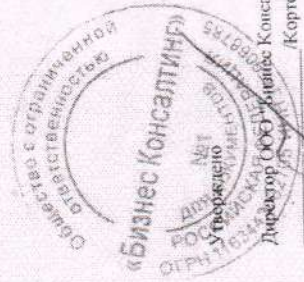
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	7-11 лет	12-18 лет
1	2													
Вариант 1														
101/2004л	икра кабачковая консервированная	13	60	100	0,976	1,626	0,96	1,6	6,16	10,26	104	180,00	0	0
271/331/2017м	конфеты домашние с соусом	40	100,0	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00	0,00
331/2017	соус	5	20,0	20,0										
203/2017м	макаронные отварные с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	88,01	560	630,0	16,90	18,69	20,05	21,90	79,78	90,27	587,70	670,40	0,30	0,30
Норма завтрака по СанПиН 206/25 ± 5%			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-85,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Завтрак



Согласовано: *М.О.У. Вербеницкая С.С.*
 Директор *Чешинский Д.С.*



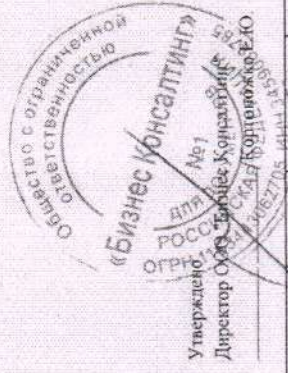
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Короткошко Е.Ю.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества(г)						Энергет. ценность		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	7-11 лет	12-18 лет		
Вариант 2																
Завтрак																
707/2017м	овощи по сезону (свекла, морковь, капуста)	11	60	100	0,48	0,08	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083		
246/2017м	гуляш из отварной говядины	42	100	100	13,36	13,36	14,08	14,08	3,27	3,27	164,00	164,00	1,20	1,20		
171/2017м	гречка рассыпчатая	18	150	180	8,85	10,62	9,55	11,46	39,86	47,83	280,00	335,99	0,00	0,00		
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00		
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	12	207	207	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3		
	Итого	88,01	547,0	617,0	25,1	26,5	24,4	26,4	75,5	84,2	593,0	633,8	4,0	5,6		
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	13,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-96,75	470-587,5	544-680				

Завтрак



Согласовано *М.Ю. Вербенская*
Директор *М.Ю. Вербенская*



№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рублн	вес блока		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с	с
1	2													
Вариант 3														
Завтрак														
52/2017м	соевля отарная с растительным маслом	11	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	53,68	92,8	3,99	6,65
291/2017м	плов из птицы	47	50/150	50/150	16,89	16,89	9,86	9,86	34,09	34,09	302,66	302,66	4,50	4,50
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	услб питанийый	501	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00
	Итого	88,01	610	650	22,05	22,61	15,06	17,46	80,75	84,05	598,34	635,46	18,79	21,45
Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		



Согласовано: МОУ «Сербенская СШ»
Директор
Иванов В.В.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	Пищевые вещества/г														Энергет. ценность		Витамин (мг)	
			вес блюда		Б		Ж		Ж		У		У		ккал		С			
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	2																			

Вариант 7

70/7/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; солёный)	13	60	100	0,48	0,8	0,06	0,08	1,02	1,36	6	10	2,1	3,5
29/1/2017м	плов из птицы	47	50/150	50/150	16,89	16,89	9,86	9,86	34,09	34,09	302,66	302,66	4,50	4,50
377/2017м	чай с сахаром и шиповником	12	207	207	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
70/1/2017м	хлеб пшеничный	5,01	30	50	2,31	3,83	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00	0,00
п.т	печенье топленое молоко	11	30	30	4,35	4,35	16,93	16,93	15,6	15,6	117	117	6,90	8,30
	Итого	88,01	510	510	24,16	26,02	27,61	28,11	81,93	92,95	567,46	624,66		
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 3%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	78,6-95,75	470-587,5	544-680		

Завтрак

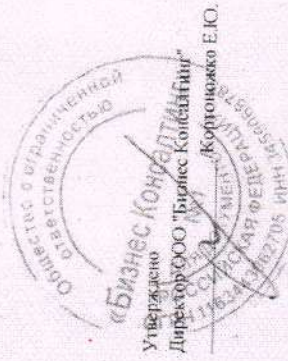


Согласовано М.Ю. Корголюк Директор
Менеджер Е.Ю.
 Утверждено М.Ю. Корголюк Директор ООО 'Бизнес Консалтинг' М.Ю. Корголюк Е.Ю.

№ рец. по сбор.	i	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)			
				7-11 лет	12-18 лет	вес блюда 12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
Вариант 8																	
Завтрак																	
52/2017м		свекла отварная с растительным маслом	11	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65		
255/2017м		печень по строгановски	44	100	100	13,26	13,26	11,23	11,23	3,52	3,52	185,00	185,00	7,64	7,64		
171/2017м		зречка рассычатая	18	150	180	8,85	10,62	9,55	11,46	39,86	47,83	280,00	335,99	0,00	0,00		
701/2017м		хлеб пшеничный	5,01	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00		
376/2017м		чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3		
		Итого	88,01	540	610	25,33	27,66	25,12	29,43	79,36	90,63	660,48	753,59	11,93	14,59		
Норма завтрака по СанПин 20% ± 5%				500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680				



Согласовано: МОУ «Вербенская с/с
Директор: Мамашев Э.С.



Утверждено: «Бизнес Консалтинг»
Директор ООО: Котова Е.Ю.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	Пищевые вещества/г												Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)					
			вес блюда		Б	Б	Ж	Ж	У	У	У	У	с	с								
			7-11 лет	12-18 лет													12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
Вариант 10			Завтрак																			
271/331/2017м	компоты домашние с соусом	40	100,0	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00	0,00								
331/2017	соус	5	20,0	20,0																		
203/2017м	макаронны отварные с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,30	246,60	0,00	0,00								
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00	0,00								
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3								
338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	13	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00								
	Итого	88,01	600	650	16,32	19,00	19,49	21,18	83,42	100,49	572,30	666,60	10,30	10,30								
Норма завтрака по СанПиН 209%-25% ± 5%			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680										
Всего за 10 дней			5707,0	6277,0	206,84	226,43	202,48	221,09	798,69	910,99	5796,35	6515,17	118,43	138,13								
Средний суточный рацион			570,7	627,7	20,68	22,64	20,25	22,11	79,87	91,10	579,64	651,52	11,84	13,81								

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

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 на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2010. - 544с.

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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201282

Владелец Исмаилов Эльнур Сардарович

Действителен с 18.09.2023 по 17.09.2024