



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет ОВЗ 791711

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

неделя 1 ; день 1

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г.-544с. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

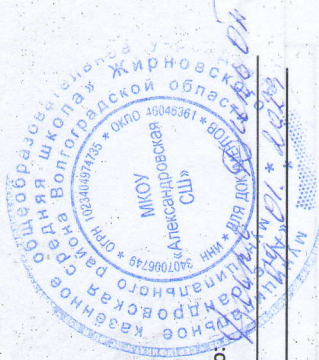
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	25,00	250	8,88	14,57	50,24	369,32
399/2017м	блинчики с повидлом	22,00	70	3,15	1,68	21,95	115,62
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	9,80	47,00
376/2017м	чай с сахаром	10	200	0,07	0,02	15	60
	Итого	82,25	660	15,58	17,63	118,35	698,34

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%

71\70\2017м	Овощи по сезону (огурцы свежие; соленые)	13	100	0,58	0,08	0,158	10
-------------	--	----	-----	------	------	-------	----

Обед

54-7с\2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	15	250	6,45	3,47	23,12	149,5
290\3302017м	Птица тушеная в сметанном соусе	28	100	11,78	10,12	2,93	150
171\2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	10	180	7,99	11,003	47,06	316,8
376\2017м	чай каркаде	10	200	0,07	0,02	15	60
701\2017 м	Хлеб пшеничный	3,25	40	3,75	1,86	17,47	110
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	920	33,15	27,003	123,138	883,9
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:
директор



Утверждено
Директор ООО Питание
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб		12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		2		12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	

неделя 1 ; день 2

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544стр; Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при

70/71/2017м	Овощи по сезону	15	100	1,1	0,2	2,8	22
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	37	100\20	13,51	8,91	9,74	198,00
203/2017м	макаронны отварные с маслом	15	180	6,87	7,28	38,37	246,60
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
378/2017м	чай с молоком	10	200	1,52	1,35	15,9	81
	Итого	82,25	640	26,08	18,70	88,17	654,00
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

101\2004л	Консервы закусочные (икра кабачковая)	11	100	2,73	4,7	14,54	111
101\2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	14	250	5,7	3,6	12,7	110,9
229\2017м	Рыба тушеная с овощами	31	100	9,75	4,96	3,8	105
171\2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	10	180	4,43	5,86	43,8	244,2
342\2017 м	Компот из свежих плодов	10	200	0,16	0,16	27,88	114,6
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	30	2,43	0,3	14,64	72,6
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	900	27,76	20	134,7	845,9
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



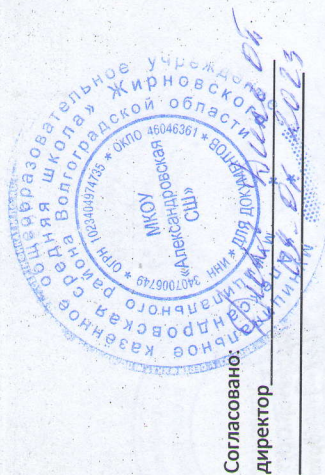
10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	
		12-18 лет	12-18 лет
1	2	12-18 лет	12-18 лет

неделя 1 ; день 3
Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тугельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы	28	250	11,00	11,40	44,40	326,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	9,80	47,00
14/2017м	масло порциями	13	10	0,8	7,25	0,13	66
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	3,85	1,20	26,70	133,00
382/2017м	какао с молоком	16	200	4,08	3,54	17,58	118,6
	Итого	82,25	610,0	20,1	23,8	98,6	690,6
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

33\2011 м	Свекла отварная с растительным маслом	13	100	1,42	6,08	8,36	93,8
54-1с\2022н	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	15	250/10	3,51	6,27	8,97	107,16
271\331\2017м	Котлеты домашние с соусом	28	100/20	13,51	8,91	9,74	198,00
203\2017м	Макаронны отварные с маслом	10	180	6,48	5,88	39,35	236,16
349\2017м	Компот из сухофруктов	10	200	0,66	0,09	32,14	132,8
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	30	2,43	0,3	14,64	72,6
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	930	30,536	27,98	130,6	928,15
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	



Согласовано:
директор



Утверждено
Директор ООО Питание
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	12-18 лет			
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2					

неделя 1, день 4

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г- 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

70\71\2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	15	100	0,8	0,1	1,9	12
229\2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	35	100	9,75	4,95	3,80	105,00
171\2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	17	180	4,53	9,33	47,14	290,40
701\2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
376\2017м	чай с сахаром	10	200	0,07	0,02	15	60
	Итого	82,25	620	18,23	15,36	89,2	573,8

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%

550 18-22,5 18-23 76,6-95,75 544-680

Обед

75\2017м	Икра морковная	13	100	2	7	10	113,3
99\2017м	Суп овощной со сметаной	15	250/10	2,02	6,31	10,42	106,16
492\2004л	Плов с мясом кур	38	230	17,48	18,17	41,63	400,2
377\2017м	Чай с лимоном	10	200	0,13	0,02	15,2	62
701\2010м	Хлеб пшеничный	3,25	40	3,24	0,4	19,52	96,8
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	870	27,4	32,35	114,17	866,06
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: _____
директор _____
Утверждено: _____
Директор ООО Питание _____
Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	12-18 лет			
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2					

неделя 1 ; день 5

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

182\2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	28	250	8,30	4,24	55,88	369,32
209\2017м	яйцо вареное	13	40	5,08	4,60	0,28	63,00
338\2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701\2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	3,85	1,20	26,70	133,00
377\2017м	чай с сахаром и лимоном	16	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	82,25	640,0	17,8	10,5	107,9	674,3

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%

550

18-22,5

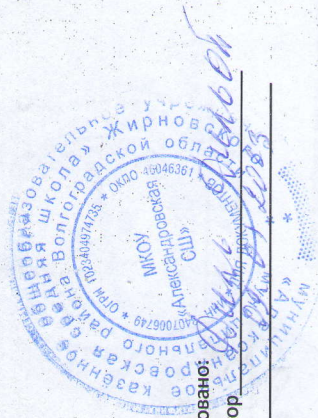
18-23

76,6-95,75

544-680

Обед

23\2017м	Овощи по сезону	13	100	0,08	0,08	5,07	12,0
132\2004 л	Рассольник ленинградский (перловка)	15	250	3,37	10,75	20,475	168,75
297\331\2017м	Фрикадельки с соусом	28	100\20	10,92	7,51	5,45	150,04
203\2017м	Макаронны отварные с маслом	10	180	6,87	7,3	38,35	246,6
349\2017м	Компот из сухофруктов	10	200	0,6	0	31,4	124
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	40	3,24	0,4	19,52	96,8
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	930	27,61	26,49	137,66	885,79
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:
директор

Утверждено
директор ООО Питание
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб					
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2						

неделя 2 ; день 6
Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

101/2004л	икра кабачковая консервированная	15	80	1,301	1,28	8,21	83,2
295/332/2017М	Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	36	100\20	10,18	11,33	7,07	147,85
203/2017м	макаронны отварные с маслом	16	180,0	6,87	7,28	38,37	246,60
376/2017м	чай с сахаром	10	200	0,07	0,02	15	60
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
	Итого	82,25	620	21,501	20,87	90,01	644,05
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед							
33\2011 м	Свекла отварная с растительным маслом	13	100	1,42	6,08	8,36	93,8
54-25с\2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)	15	250	5,49	6,15	16,53	136,25
289\2017м	Рагу с птицей	38	240	18,1	16,92	20,84	303,08
342\2011 м	Компот из свежих плодов	10	200	0,1	0,2	27,5	112,7
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	40	3,24	0,4	19,52	96,8
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	870	30,876	30,2	110,15	830,26
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: А.А. Александров
директор
Утверждено
Директор ООО Питание
/Кортоножко Е.Ю.

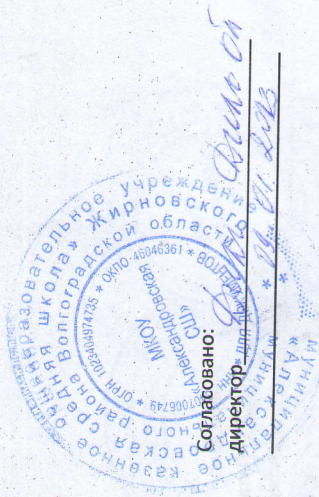
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	12-18 лет		
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2				

неделя 2 ; день 7

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	25,00	250	6,93	12,82	48,13	330,68
399/2017м	блинчики с повидлом	22,00	70	3,15	1,68	21,95	115,62
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	9,80	47,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	10	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	82,25	660	13,69	15,88	116,44	661,7
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед							
101\2004л	Консервы закусовые (икра кабачковая)	11	100	2,73	4,7	14,54	111
54-28с\2022н	Борщ с капустой и картофелем	14	250	1,8	4,92	10,93	103,75
229\2017м	Рыба тушеная с овощами	31	100	9,75	4,96	3,8	105
171\2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	10	180	4,37	8,99	44,6	279,81
349\2017м	Компот из сухофруктов	10	200	0,66	0,09	32,14	132,8
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	40	3,24	0,4	19,52	96,8
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	920	25,08	24,51	142,93	916,76
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



№ рец. по сбор.	Наименование блюд	10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет			
		Цена руб			
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

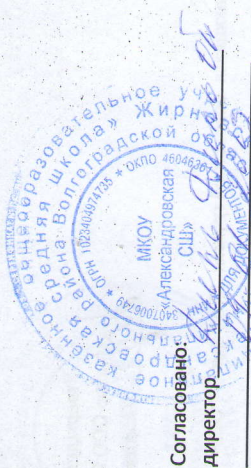
неделя 2 ; день 8

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тугельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

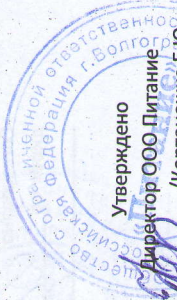
255/2017м	печень по строгоновски	38,00	100	13,26	11,23	3,52	185,00
310/2017м	картофель отварной	18	180	3,6	0,72	28,44	134,64
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	11	100	0,8	6,01	8,26	92,8
701/2017м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
378/2017м	чай с молоком	10	200	1,52	1,35	15,9	81
	Итого	82,25	620	22,26	20,27	77,48	599,84
1350-1530							
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Обед

71\70\2017м	Овощи по сезону (помидор свежие; соленые)	13	100	1,1	0,16	3,8	22
54-4с\2022н	Рассольник домашний	15	250	2,4	6,24	16,52	133,3
271\331\2017м	Котлеты домашние с соусом	28	100/20	13,51	8,91	9,74	198,00
203\2017м	Макароны отварные с маслом	10	180	6,48	5,88	39,35	236,16
376\2017м	Чай каркаде	10	200	0,07	0,02	15	60
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	50	3,95	0,5	24,15	116,9
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	60	3,36	0,66	29,64	137,94
	Итого	82,25	920	30,87	22,37	138,2	904,3
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	



Согласовано
директор



Утверждено

Директор ООО Питание
Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	
		12-18 лет	12-18 лет
1	2		

неделя 2 : день 9

Сборник рецептов под редакцией МП Мотильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

120/2017м	Суп молочный с макаронными изделиями	28	300	6,56	5,69	23,25	180,00
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	9,80	47,00
14/2017м	масло порциями	13	10	0,8	7,25	0,13	66
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	3,85	1,20	26,70	133,00
382/2017м	какао с молоком	16	200	4,08	3,54	17,58	118,6
	Итого	82,25	660,0	15,7	18,1	77,5	544,6
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

75/2017м	Икра морковная	12	100	2	7	10	113,3
101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	13	250	5,7	3,6	12,7	110,9
255/2017м	печень по строгановски	31	100	13,26	11,23	3,52	185,00
171/2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	10	180	7,99	11,003	47,06	316,8
377/2017м	Чай с лимоном	10	200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м	Хлеб пшеничный	3,25	30	2,43	0,3	14,64	72,6
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	3	30	1,9	0,34	13,05	65,7
	Всего	82,25	890	33,44	33,46	116,13	926,3
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет ОВЗ

неделя 2; день 10

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

Норма завтрака по СанПин	20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

Всего за 10 дней

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед						
Всего за 10 дней		8 200,00	266,78	260,50	1 146,88	8 127,18
Средний суточный рацион		820	26,68	26,05	114,69	812,72
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.