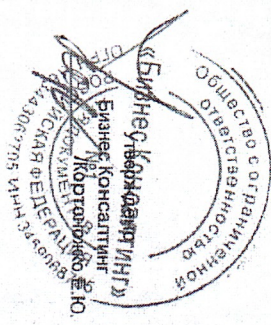


10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с ОБЗ возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет



прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/Ж		Энергет. ценность ккал	Витаминны (мг) С
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		

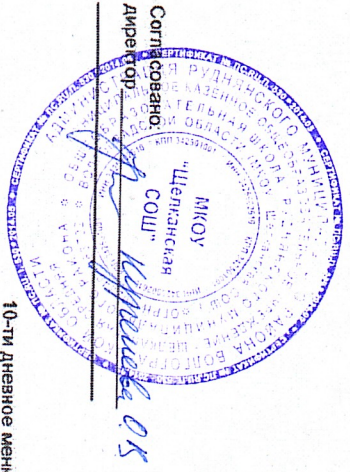
**Завтрак**

неделя 1 / день 1															
54-16ч/2022ч		каша молочная Дружба	40,00	200	250	8,84	11,05	9,22	11,52	39,51	49,38	276,38	345,47	0,72	0,72
399/2017ч		блинчики со сгущенным молоком	22	70	70	3,91	3,91	4,99	4,99	17,85	17,85	131,86	131,86	0,74	0,74
701/2010ч		хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76	0,00	0,00
54-21ч/2022ч		чай с сахаром	15	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32	0,3	0,3
		Итого	82,25	500	560	15,32	18,32	14,51	16,91	82,24	96,94	544,13	604,41	1,76	1,76

Норма завтрака по СанПиН 20% ± 25% ± 5%

**Завтрак**

389	п.т	Сок фруктовый, овощной или ягодный	20	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
				200	200	0,95	0,95								
		Вафли "Голландские с начинкой"	12,72	40	40	2,20	2,20	6,00	6,00	26,8	26,8	172,0	172,0	0	0
		Итого	114,97			3,15	3,15	6,00	6,00	44,09	44,09	244,96	244,96	40,00	40,00



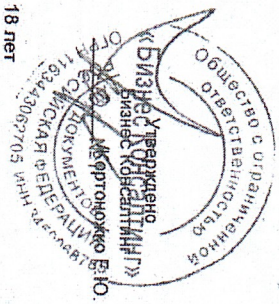
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

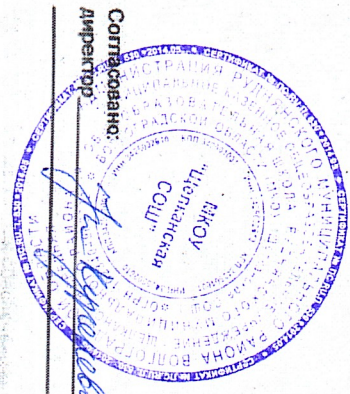
прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г		Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)		
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж		У	7-11 лет	12-18 лет
1	2	Неделя 1/ День 2									

ТТК 77-Э/2022Н	котлеты домашние из т/ф	35	100		12,06		12,4		4,7		179		179		0	
			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
331/2017М	соус сметанный с томатом	10	20	30	0,3	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02	24,03	0,26	0,26		
203/2017М	макаронны отварные с маслом	17	150	180	5,4	6,48	4,9	5,88	32,8	39,36	196,8	236,16	0	0		
701/2010М	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76	0,00	0,00		
54-Эт/2022Н	чай с сахаром	15	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32	0,3	0,3		
	Итого	82,25	500	550	20,37	22,35	18,59	20,16	63,78	75,87	497,71	566,27	0,56	0,56		
	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				

2 завтрак

54-Эт/2022Н	чай с сахаром и лимонном	20	200		0,3		0,3		0		10,58		10,58		43,52		43,52		0,3	
			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	7-11 лет	12-18 лет
3	булгур с сыром	12,72	45	45	5,2	5,2	7,5	7,5	13,4	13,4	141,3	141,3	0	0						
	Итого	114,97			5,52	5,52	7,47	7,47	23,93	23,93	184,82	184,82	0,30	0,30						

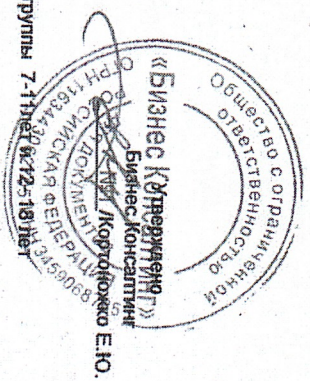




Соттасовано:  
Директор:

*А. С. Купальникова*

Город: Мурманск  
Улицы: Кольская  
Дом: 10

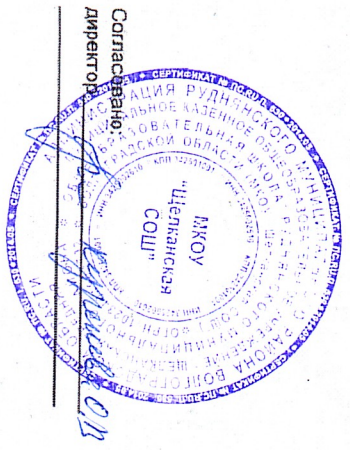


10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с ОБЗ возрастной группы 7-11 лет в 12-18 лет

прием пищи	№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Б		Ж		У		Энергет. ценность ккал	Витаминь 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		

завтрак															
208/2017м		лапшевник с творогом	38	150	200	13,00	17,00	15,00	20,00	25,13	36,17	287,52	382,00	0,11	0,11
П.1 77-8/2022		молоко ступенное	3	20	20	1,50	1,50	0,04	0,04	11,36	11,36	52,00	52,00	0,00	0,00
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	0,00	10,00
701/2010м		хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76	0,00	0,00
54-Этм/2022н		чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52	0,3	0,3
		Итого	82,25	500,0	560,0	17,6	22,4	15,7	20,8	71,6	87,4	493,6	609,3	10,4	10,4
		Норма завтрака по СанПиН		500	550	13,4-19,33	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,8-95,75	470-587,5	544-680		

2 завтрак															
389		Сок фруктовый, овощной или ягодный	20	200	200	0,95	0,95	0,00	0,00	17,29	17,29	72,96	72,96	40	40
П.1		"Чюно Пау"	12,72	30	30	1,44	1,44	5,4	5,4	0,0	0,0	135,0	135,0	0	0
		Итого	114,97			2,39	2,39	5,40	5,40	17,29	17,29	207,96	207,96	40,00	40,00



Согласовано:  
 Директор: *[Signature]* 012

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с ОБЗ возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г		Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж		

неделя 1/ день 4

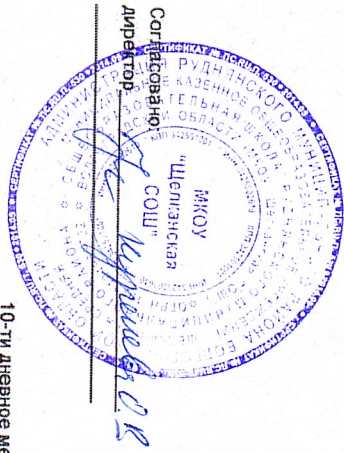
завтрак	ТТК 77-1	котлеты рыбные из п/ф	39	100	100	12,30	12,30	9,80	9,80	6,90	6,90	165,00	165,00	0,70	0,70
	331/2017м	суп с сметанный с томатами	10	20	30	0,3	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02	24,03	0,26	0,26
	171/2017м	каша рисовая рассыпчатая	15	150	180	3,70	4,43	4,80	5,76	36,50	43,80	203,50	244,20	0,00	0,00
	701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76	0,00	0,00
	54-2н/2022н	чай с сахаром	15	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32	0,3	0,3
	Итого		84,25	500	550	18,91	20,54	15,89	17,44	69,68	82,51	490,41	560,31	1,26	1,26
		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	76-95,75	470-587,5	544-680		

2 завтрак

завтрак	54-2н/2022н	чай с сахаром	20	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32	0,3	0,3
	399/2017м	блинчики со сливочным маслом	12,72	70	70	3,91	3,91	2,08	2,08	24,85	24,85	133	133	0,74	0,74
		Итого	116,97			4,11	4,11	2,08	2,08	35,23	35,23	175,32	175,32	1,04	1,04



Утверждено  
 Директор: *[Signature]* 012



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11лет и 12- 18 лет

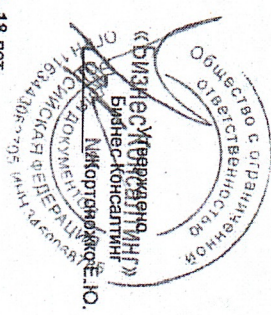
прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Б		Ж		У		Энергет. ценность		Витамины (мг)	
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

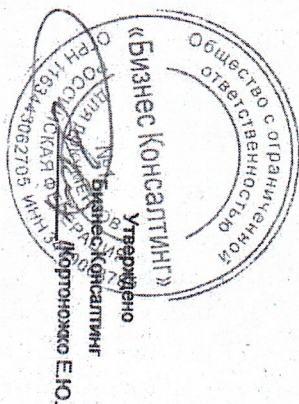
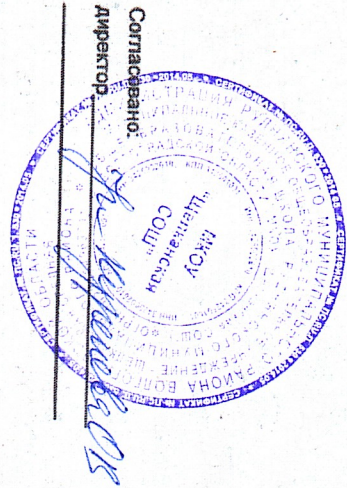
завтрак

неделя 1/ день 5															
ТТК 77-5	готовности	36	100	100	8,52	8,52	12,30	12,30	6,30	6,30	169,98	169,98	0,35	0,35	
331/2017м	соус сметанный с томатом	10	20	30	0,3	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02	24,03	0,26	0,26	
171/2017м	каша рассыпчатая пшеничная	15	150	180	8,30	9,95	6,84	8,20	37,98	45,57	246,68	295,88	0,00	0,00	
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76	0,00	0,00	
54-Эгн/2022н	чай с сахаром и лимонном	16	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52	0,3	0,3	
Итого		82,25	500,0	550,0	19,8	22,4	20,4	22,4	70,8	83,9	539,8	618,2	0,9	0,9	
Норма завтрака по СанПин 20%±, 25%±, 5%		500	650	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				

2 завтрак

389	Сок фруктовый, овощной или ягодный	20	200	200	0,95	0,95	0,00	0,00	17,29	17,29	72,96	72,96	40	40
П.Т	квас	12,72	45	45	3,2	3,2	12,4	12,4	22,1	22,1	149,8	149,8	0	0
Итого		114,97			4,15	4,15	12,40	12,40	39,39	39,39	222,76	222,76	40,00	40,00





10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

прием лицам	№ рец. по бор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Б		Ж		У		Энергет. ценность		Витамины (мг)	
				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

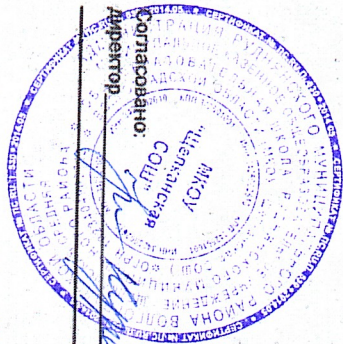
неделя 21 День 6

блюда

<b>Завтрак</b>															
	182/2017м	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	42	200	250	6,37	7,96	7,66	9,57	41,7	52,12	261,22	326,52	0,48	0,48
	338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
	54-23-м/2022м	кофейный напиток	15	200	200	3,8	3,8	2,9	2,9	11,3	11,3	106,5	106,5	0,3	0,3
	701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76	0,00	0,00
		Итого	82,25	530	590	12,94	15,32	11,26	13,27	77,5	92,75	478,29	564,78	10,78	10,78
		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		

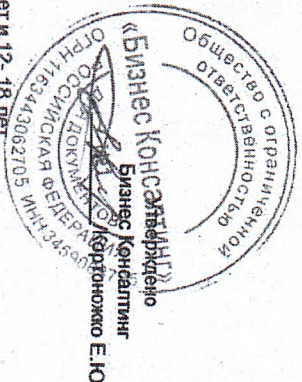
2 завтрак

	54-3-м/2022м	чай с сахаром и лимонном	20	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52	0,3	0,3
	п.г	Вафли "Голландские с начинкой"	12,72	40	40	2,20	2,20	6,00	6,00	26,8	26,8	172,0	172,0	0	0
		Итого	114,97			2,50	2,50	6,00	6,00	37,38	37,38	215,52	215,52	0,30	0,30



Согласовано: *Ирина Владимировна*  
 директор

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет



прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Б		Ж		У		Энергет. ценность		Витамины (мг)	
				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

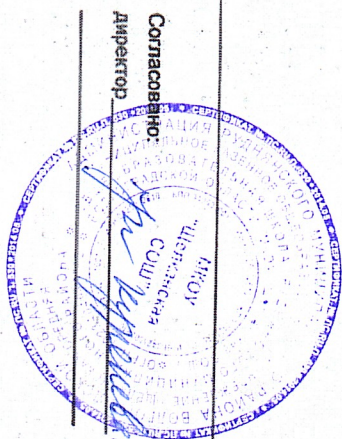
завтрак

неделя 2/ день 7															
	ТТК 77-6	полуфабл ленивые на пл/ф высокой степени готовности	34	100	100	8,3	8,3	9,1	9,1	8,9	8,9	150,7	150,7	1,5	1,5
	З31/2017м	соус сметанный с томатом	10	20	30	0,3	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02	24,03	0,26	0,26
	171/2017м	наша гречневая рассыпчатая	18	150	180	8,30	9,95	6,30	7,56	36,00	43,20	233,70	280,44	0	0
	701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76	0,00	0,00
	54-45тн/2022н	чай с сахаром каркаде	15	200	200	0,16	0,16	0,08	0,08	7,18	7,18	30,08	30,08	0,3	0,3
		Итого	82,25	500	550	19,47	22,02	16,77	18,62	67,98	80,71	494,07	570,01	2,06	2,06
		Норма завтрака по СанПиН 20% ± 25%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76-95,75	470-587,5	544-680		

2 завтрак

	389	сок фруктовый, овощной или ягодный	20	200	200	0,95	0,95	0,00	0,00	17,29	17,29	72,96	72,96	40	40
	3	бутерброд с сыром	12,72	45	45	5,2	5,2	7,5	7,5	13,4	13,4	141,3	141,3	0	0
		Итого	114,97			6,17	6,17	7,47	7,47	30,64	30,64	214,26	214,26	40,00	40,00





Согласовано:  
Директор

*Ирина Владимировна*

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

п/р	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Б		Ж		У		Энергет. ценность		Витаминный (мг)	
				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

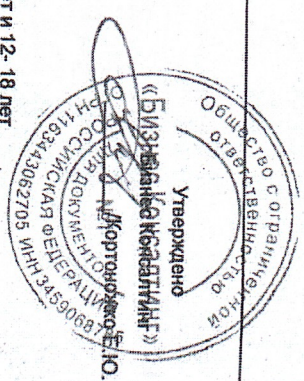
неделя 2/ День 8

завтрак

246/2017м		Гуляш из отварного мяса	45,00	100	100	14,21	14,21	15,39	15,39	6,60	6,60	213,75	213,75	0,30	0,30
203/2017м		Макаронны отварные с маслом	17	150	180	5,4	6,48	4,9	5,88	32,8	39,36	196,8	236,16	0	0
701/2010м		Хлеб пшеничный	5,25	50	50	3,95	3,95	0,50	0,50	24,17	24,17	105,95	105,95	0,00	0,00
54-2м/2022н		Чай с сахаром	15	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32	0,3	0,3
		Итого	82,25	500	530	23,76	24,84	20,79	21,77	73,95	80,51	558,82	598,18	0,6	0,6
		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		

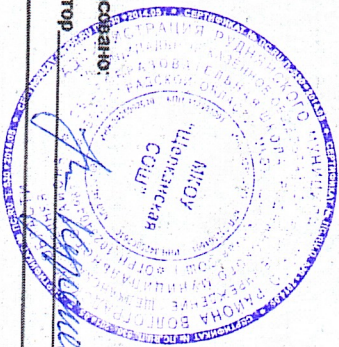
завтрак

54-2м/2022н		Чай с сахаром	20	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32	0,3	0,3
399/2017м		Блинчики со сладкими молоком	12,72	70	70	3,91	3,91	2,08	2,08	24,85	24,85	133	133	0,74	0,74
		Итого	114,97			4,11	4,11	2,08	2,08	35,23	35,23	175,32	175,32	1,04	1,04



Утверждено  
Директор

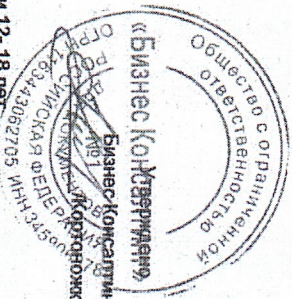
*Ирина Владимировна*



Согласовано:  
директор

*[Handwritten signature]*

10-ти дневное меню Для обеспечением горячим питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11лет и 12- 18 лет



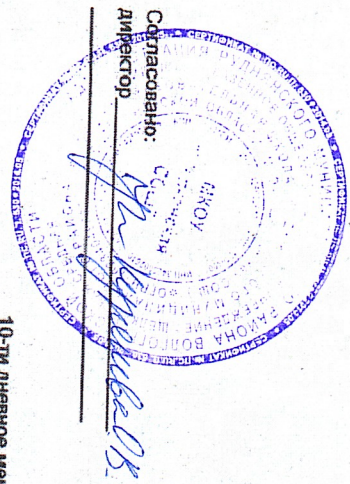
прием пищи	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		б		Ж		У		Энергет. ценность		Витамины (мг)	
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

завтрак

неделя 21 день 9															
291/2017м	плов из птицы	45	200	250	14,54	18,17	10,46	13,08	31,50	39,37	278,30	347,88	0,60	0,60	
75/2017м	нира морковная	16	60	100	1,20	2,00	4,20	7,00	6,00	10,00	67,98	113,30	0,21	0,21	
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	50	3,95	3,95	0,50	0,50	24,17	24,17	105,95	105,95	0,00	0,00	
54-3тн/2022н	чай с сахаром и лимонном	16	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52	0,3	0,3	
	Итого	82,25	510	600	19,99	24,42	15,16	20,58	72,25	84,12	495,75	610,65	1,11	1,11	
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,6-19,75	18-23	67-83,75	76,6-96,75	470-587,5	544-680			

2 завтрак

389	Сок фруктовый, овощной или ягодный	20	200	200	0,95	0,95	0,00	0,00	17,29	17,29	72,96	72,96	40	40	
	п.т	12,72	45	45	3,2	3,2	12,4	12,4	22,1	22,1	149,8	149,8	0	0	
	Итого	114,97			4,15	4,15	12,40	12,40	39,39	39,39	222,76	222,76	40,00	40,00	



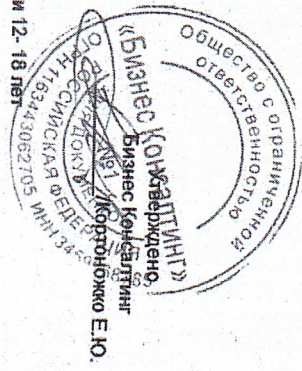
Согласовано:  
 Директор *Г.А. Гурьянова*

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

примен таблица	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб блюда	вес блюда		б		ж		у		Энергет. ценность		Витаминны (мг)	
				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

завтрак															
	ТК 77-2	котлета куриная на п/ф высокой степени готовности	32	100	100	11,85	11,85	9,50	9,50	16,14	16,14	197,46	197,46	3,73	3,73
	331/2017м	супе смешанный с томатом	10	20	30	0,3	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02	24,03	0,26	0,26
	54-217/2022н	горошиница	20	150	180	8,87	10,64	3,73	4,47	33,80	40,55	204,00	244,80	0,00	0,00
	54-21н/2022н	чай с сахаром	15	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32	0,3	0,3
	701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76	0,00	0,00
		Итого	82,25	500	550	23,63	26,30	14,52	15,85	76,22	88,50	523,37	593,37	4,29	4,29
Норма завтрака по СанПиН 209-25% ± 5%															

2 завтрак															
	389	Сок фруктовый, овощной или ягодный	20	200	200	0,95	0,95	0,00	0,00	17,29	17,29	72,96	72,96	40	40
	п.т	"Чюко Лай"	12,72	30	30	1,44	1,44	5,4	5,4	0,0	0,0	135,0	135,0	0	0
		Итого	114,97			2,39	2,39	5,40	5,40	17,29	17,29	207,96	207,96	40,00	40,00
		завтрак		5 040,00	5 590,00	191,79	218,66	163,66	187,82	725,93	853,23	5 085,93	5 885,43	33,74	33,74
		Средний суточный рацион		504	559	19,18	21,89	16,37	18,78	72,59	85,32	508,59	589,54	3,37	3,37
		Всего за 10 дней				49,98	49,98	72,12	72,12	344,08	344,08	2 187,50	2 187,50	242,68	168,18
		Средний суточный рацион		246	246	5,00	5,00	7,21	7,21	34,41	34,41	218,75	218,75	24,27	16,82



«Бизнес Консалтинг»  
 Общество с ограниченной  
 ответственностью  
 Бизнес Консалтинг  
 ИП Кортоножко Е.Ю.