



Согласовано:  
директор



Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Жортуножко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание  
для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 лет),  
для муниципальных общеобразовательных школ**

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г. 275с

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тугельна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544с.

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

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тугельян САНПИН 1.2. 3685-2.1 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПин 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПин 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль, морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано:  
директор

*А.Н. Бисендиев*



Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Куртоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
День /неделя 1: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<i>Завтрак</i>							
каша молочная Дружба	200	8,84	9,22	39,51	276,38	54-16к/2022н	40
блинчики со стухенным молоком	70	3,91	4,99	17,85	131,86	399/2017м	23
фрукт свежий (мандарин)	100	0,81	0,31	11,54	52,2	338/2017м	20
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	6,59
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2н/2022н	17
<b>Итого за _Завтрак</b>	<b>600</b>	<b>16,13</b>	<b>14,82</b>	<b>93,78</b>	<b>566,33</b>		<b>106,59</b>



Директор ООО Бизнес Консалтинг  
/Кортоножко Е.Ю.



Согласовано:  
директор  
/И.А. Н. Билосучал/

Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<b>Завтрак</b>							
овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	60	12,06	0,06	1,14	7,20	70/71/2017М	15
котлеты Домашние из п/ф	100		12,4	4,7	179	ТТК 77-3/2022Н	40
соус сметанный с томатом	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017М	9
макаронны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	203/2017М	19
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010М	6,59
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2ГН/2022Н	17
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>20,37</b>	<b>18,65</b>	<b>64,92</b>	<b>504,91</b>		<b>106,59</b>



Согласовано:  
директор

*И. В. Сидорук*



Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
/Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ респ.	цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
День 3/неделя 1: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<b>Завтрак</b>							
лапшевник с творогом	150	13,00	15,00	25,13	287,52	208/2017м	56
молоко стуженное	20	1,50	0,04	11,36	52,00	П.Т 77-8/2022	5
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017м	20
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	6,59
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-37н/2022н	19
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>17,57</b>	<b>15,74</b>	<b>71,57</b>	<b>493,61</b>		<b>106,59</b>



Согласовано:  
директор  
*А. Н. Бисаука*



Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
*Коргоножко Е.Ю.*

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя I: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

*Завтрак*

овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,4	0,18	7,92	38,52	101/2004л	15
котлеты рыбные из п/ф	100	12,30	9,80	6,90	165,00	ТК 77-1	40
соус сметанный с томатом	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017м	9
каша рисовая рассыпчатая	150	3,70	4,80	36,50	203,50	174/2017м	19
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	6,59
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022г	17
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>20,26</b>	<b>16,07</b>	<b>77,60</b>	<b>528,93</b>		<b>106,59</b>



Согласовано:  
директор

*Д. Н. Владушев*



Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<b>Завтрак</b>							
овощи свежие (помидор свежий; соленый)	60	0,7	0,12	2,16	13,20	70/71/2017м	15
тефтели "Оригинальные" из п/ф	100	8,52	12,30	6,30	169,98	ТТК 77-5	40
соус сметанный с томатом	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017м	9
каша рассыпчатая пшеничная	150	8,30	6,84	37,98	246,68	171/2017м	17
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	6,59
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022гн	19
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>73</b>	<b>553</b>		<b>106,59</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>556</b>	<b>19</b>	<b>17</b>	<b>76</b>	<b>529</b>		



Согласовано:  
директор

*И. Н. Вигасука*



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

*Кортоножко Е.Ю.*

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж			
День 1/неделя 2: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<i>Завтрак</i>						
каша рисовая молочная жидкая с сахаром	200	6,37	7,66	261,22	182/2017м	56
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	47,00	338/2017м	20
кофейный напиток	200	3,8	2,9	106,5	54-23гн/2022гн	24
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	63,57	701/2010м	6,59
<b>Итого за завтрак</b>	<b>530</b>	<b>12,94</b>	<b>11,26</b>	<b>478,29</b>	-	<b>106,59</b>



Согласовано:  
директор

*С.А. Н. Билеуал*



«Бизнес Консалтинг»  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
<i>Завтрак</i>							
свекла отварная с растительным маслом	60	0,8	3,60	4,96	55,68	52/2017м	15
голубцы ленивые из п/ф	100	8,3	9,1	8,9	150,7	ТК 77-6	38
соус сметанный с томатом	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017м	9
каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	19
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	6,59
чай с сахаром каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	19
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>20,31</b>	<b>20,37</b>	<b>72,94</b>	<b>549,75</b>		<b>106,59</b>





Директор ООО Бизнес Консалтинг  
/Кортоножко Е.Ю.



Согласовано  
директор

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<i>Завтрак</i>							
икра кабачковая консервированная	60	1,63	2,82	8,72	67	101/2004л	17
зразы с сыром из п.ф	100	12,11	12,48	4,20	177,60	ТТК77-10	45,00
макаронны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	203/2017м	19
хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,17	105,95	701/2010м	8,59
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	17
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>23,29</b>	<b>20,70</b>	<b>80,27</b>	<b>589,67</b>		<b>106,59</b>



Согласовано:  
директор

*А. А. Билалов*



«Бизнес Консалтинг»

Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<b>Завтрак</b>							
плов из птицы	200	14,54	13,18	34,50	314,78	291/2017М	66
овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	60	0,5	0,06	1,14	7,20	70/71/2017М	15
хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,17	105,95	701/2010М	8,59
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022Н	17
<b>Итого за завтрак</b>	<b>510</b>	<b>19,17</b>	<b>13,74</b>	<b>70,19</b>	<b>470,25</b>		<b>106,59</b>



Согласовано

*И.А. Нуртурсина*

«Министерство здравоохранения Республики Казахстан»

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
/Коргоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
<i>Завтрак</i>							
День 5 /неделя 2: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	60	0,5	0,06	1,14	7,20	70/71/2017м	15
котлета куриная из п/ф	100	11,85	9,50	16,14	197,46	ТТК 77-2	40
соус сметанный с томатом	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017м	9
горошница	150	8,87	3,73	33,80	204,00	54-21г/2022н	19
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	17
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	704/2010м	6,59
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>24,11</b>	<b>14,58</b>	<b>77,36</b>	<b>530,57</b>		<b>106,59</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>544,00</b>	<b>19,96</b>	<b>16,13</b>	<b>75,65</b>	<b>523,71</b>		