

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

прием пищи	№ рецеп. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.		вес блюда		Площадь вещества (г)				Энергет. ценность		
			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	1	2											
<b>Завтрак</b>													
	181/2017м	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	56	250	200	6,37	7,96	7,66	9,57	41,7	52,12	261,72	326,52
	338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00
	54-23м/2022м	кофейный напиток	24	200	200	3,8	3,8	2,9	2,9	11,3	11,3	106,5	106,5
	701/2010м	мюсли овсяный	6,59	30	30	2,37	3,46	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
		Итого	106,38	590	590	12,94	15,12	11,26	13,17	77,5	92,75	438,29	564,78
		Норма за завтрак со СанПиН 209-25% ± 5%		590	590	15,4-19,25	19-22,5	15,9-19,75	19,23	67-83,75	76,6-95,75	470-591,5	544-680
		<b>поддик</b>											
	389/2017м	мажораны твердые с сыром	21,41	200	200	10,9	14,53	7,9	10,53	28,6	38,13	229,1	305,45
	378/2017м	чай с морожком	21,00	200	200	2,31	2,31	1,25	1,35	15,9	15,9	81	81
		<b>Итого</b>	62,41	400	400	13,21	16,84	9,15	11,88	44,5	54,03	310,1	386,45
			Итого сумма за день 109,00										

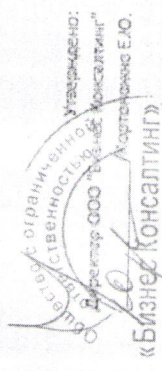












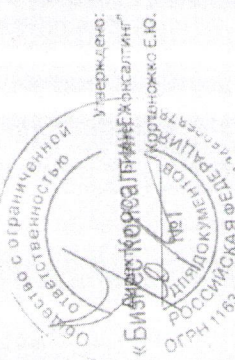
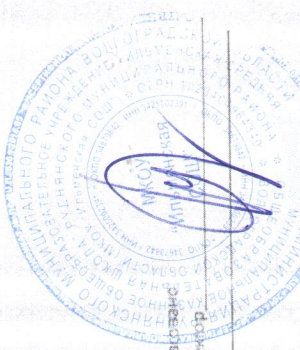
10-ти дневное меню для обеспечения двухразового питания между обучающимися возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ п/п	№ разд. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.		вес блюда		Пищевые вещества (г)				№1 РОССИЙСКОЕ ОТРАЖЕНИЕ РОССИИ	№2 РОССИЙСКОЕ ОТРАЖЕНИЕ РОССИИ
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	12-18 лет		
Неделя 2 / день 9												
291/2017м		Яблоки из плодов	66	250	14,54	18,17	10,46	13,08	31,50	39,37	278,30	347,88
707/2017м		Юрочки (по заказу (муфта, соль, соевый)	15	100	0,5	0,8	0,06	0,10	1,14	1,90	7,20	12,00
701/2010м		Хлеб пшеничный	8,59	50	3,95	3,95	0,50	0,50	24,17	24,17	105,95	105,95
54-2м/2022ч		Чай с сахаром	17	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
		Итого	106,59	510,0	19,2	23,1	11,0	13,7	67,2	75,8	433,8	568,2
		Через взвешивание по списку 20% ± 5%		500	15,4 ± 0,75	18,2 ± 0,5	15,8 ± 0,75	18,2 ± 0,5	67,83 ± 0,75	76,6 ± 0,75	410,59 ± 0,5	544,680
192/2017м		Биточки или котлеты мясные с повидлом	21,41	150	3,39	3,39	5,27	5,27	45,5	45,5	240	240
378/2017м		Чай с молоком	21,00	200	2,31	2,31	1,35	1,35	15,9	15,9	81	81
		Итого	42,41	350	5,7	5,7	6,62	6,62	61,4	61,4	321	321
		Итого сумма за день	349,00									

Завтрак

полдник





Согласовано:  
Директор

утверждено:  
«БИЗНЕС-КОРСА» ПРАЙВЭТНЕЖ «ИНВЕСТ»  
РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
30.04.2017 г.

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

прием пищи	№ рецепта по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/g						квал	
				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	1	2											

Неделя 2 / день 10

прием пищи	№ рецепта по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда	Б		Ж		У		квал	
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>												
	701/2017м	овощи по вкусу (огурец свежий, соленый)	15	60	100	0,8	0,06	0,10	1,14	1,90	7,30	12,00
	77-2	котлета куриная из п/ф высокой степени готовности	40	100	100	11,85	9,50	9,50	16,14	16,14	197,46	197,46
	331/2017м	СОУС СМАСЛАННЫЙ С ТОМАТОМ	9	20	30	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02	24,03
	54-217/2012н	горошинца	19	150	180	8,87	10,54	4,47	33,80	40,55	204,00	244,30
	54-217/2012н	чай с сахаром	17	200	200	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
	701/2010м	хлеб пшеничный	6,59	30	40	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
		Итого	106,59	560	650	24,11	14,58	15,95	77,36	90,40	530,57	605,37
		Норма завтрака по Сборн. 70ж. 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,5-95,75	470-587,5	544-690
						<b>поблики</b>						
	182/2017м	чаще молочная пшеничная	18	150	150	4,22	4,99	4,99	12,9	12,9	203,6	203,6
	701/2010м	хлеб пшеничный	5,41	20	20	1,58	0,2	0,2	9,56	9,56	45,75	45,75
	379/2017	кофейный напиток с молоком	19	200	200	3,17	2,68	2,68	15,95	15,95	100,6	100,6
		Итого	42,41	370	370	8,97	7,87	7,87	38,51	38,51	350,95	350,95
		Итого сумма за день	149,00									

Сбор	Всего за 10 дней		Средний суточный рацион	
	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Завтрак + поблики	9 120,00	10 060,00	29,28	33,03
	91,2	1000	24,45	27,58
			24,54	27,76
			127,01	137,49
			832,70	937,41

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

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

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

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

СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".