



Согласовано:
директор
О.А. Васильева

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

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

Вариант 1
Завтрак

Сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г.-544с. Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах
Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.: ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

В.А

№	Наименование	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
54-16к	каша молочная Дружба	30,00	200	200	7,84	7,84	9,22	9,22	39,51	39,51	272,00	272,00	0,72
399	блинчики со стухенным молоком	17	70	70	9,88	9,88	4,75	4,75	2,3	2,3	91,98	91,98	0,74
701	хлеб пшеничный	5,25	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3
	Итого	82,25	600	600	20,5	20,5	15,11	15,11	82,83	82,83	550,78	550,78	11,76

Гарантия возврата по СпдПин 30% в 25% ± 5%

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:
директор
И.М. Тутьельман

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/g				Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет
1	2											

Вариант 2

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах
 Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скуругин И.М., Тутельман

Завтрак

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/g				Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
101	консервы закусочные (икра кабачковая)	12	60	100	1,64	2,73	2,82	4,7	8,72	14,54	67	111	0	0
ТТК 77/3	котлеты "Домашние" из п/ф высокой степени готовности	32	100	100	12,1	12,1	12,40	12,40	4,70	4,70	179,00	179,00	0,10	0,10
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
203	макаронны отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,31	3,08	0,72	1,00	16,02	21,36	79,80	114,40	0,00	0,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,25	560	610	21,82	23,68	21,95	24,01	78,64	89,80	598,62	677,22	0,66	0,66
	Норма завтрака по СанПиН - 20% ± 5%		500	550	13,4-19,23	18-22,5	15,8-19,75	16-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

В.А

Согласовано:
директор
О.А. Николаева
Итого

Общество с ограниченной ответственностью
«Бизнес-Сервис-Меню»
Утверждено
Базис: Консалтинг
Картриджко Е.Ю.
ИНН 459068
№1
СМИСКОМ
ИТ-СЕРВИС

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб. блюдо	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	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	

Вариант 3

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тугельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах и колледжах
Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тугельман В.А

Завтрак

120	Суп молочный с макаронными изделиями	36	250	250	5,47	5,47	4,75	4,75	17,95	17,95	17,95	17,95	150,00	150,00	0,11	0,11
14	масло порциями	10	10	10	0,8	0,8	7,25	7,25	0,13	0,13	0,13	0,13	66	66	0,04	0,04
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
701	хлеб пшеничный	5,25	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
377	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	82,25	590,0	590,0	9,1	9,1	13,1	13,1	59,3	59,3	59,3	59,3	404,8	404,8	10,5	10,5

Норма завтрака по СанПиН 2004-35% ± 5%
500 550 15,4-19,23 18-22,5 15,8-19,75 18-23 67-83,75 76,6-95,75 470-587,5 544-680



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

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

Вариант 4
Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах
- Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

ТТК 77/1	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
331	котлеты рыбные из п/ф высокой степени готовности	39	100	100	12,30	12,30	4,70	4,70	6,90	6,90	119,00	119,00	0,70	0,70
171	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
701	каша рисовая рассыпчатая	20	150	180	3,70	4,43	4,80	5,76	36,50	43,80	203,50	244,20	0,00	0,00
376	хлеб пшеничный	5,25	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,25	510	550	19,49	20,99	11,51	12,72	81,16	93,80	512,92	582,22	1,26	1,26

Норма выплата по СанПин 20%- 25% ± 5%

500 15,4-19,25 16-22,5 15,8-19,75 18-23 67-83,75 76,6-95,75 470-587,5 544-660

Согласовано:
директор



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб блюдо		вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал		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	7-11 лет	12-18 лет		
1	2																

Вариант 5

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах
Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

47	напуста квашеная с растительным маслом тефтели "Оригинальные" из п/ф высокой степени готовности	15	60	100	18-22.5		15.8-19.75		18-23		67-83.75		76.6-96.75		470-587.5		544-680	
					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		
ТТК 77/5		30	100	100	10,00	10,00	1,70	1,70	3,00	3,00	5,07	5,07	8,46	8,46	51,42	51,42	85,70	85,70
331	СОУС сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	1,40	1,40	16,02	16,02	16,02	16,02
203	макаронны отпарные с маслом	13	150	150	5,4	5,4	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	32,80	32,80	196,80	196,80	196,80	196,80
701	хлеб пшеничный	5,25	20	30	1,54	1,54	2,31	2,31	0,48	0,48	10,68	10,68	16,02	16,02	53,20	53,20	79,80	79,80
377	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	15,2	15,2	62	62	62	62
	Итого	32.25	550,0	600,0	18,4	18,4	19,9	19,9	22,7	22,7	67,5	67,5	76,2	76,2	548,4	548,4	609,3	609,3

Итого: 500 550 600,0 18,4 18,4 19,9 19,9 22,7 22,7 67,5 67,5 76,2 76,2 548,4 548,4 609,3 609,3 1,3 1,3

Итого: 15,4-19,25 18-22,5 15,8-19,75 18-23 67-83,75 76,6-96,75 470-587,5 544-680

Согласовано:

директор

С.А. Мещеряков



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11и12-18 лет.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал			Витамины (мг)	
		блюда	блюдо	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 б

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

. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности

российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скуругин И.М., Тутельман

В.А

182	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	32	200	200	4,08	4,08	5,52	5,52	34,72	34,72	232,8	232,8	0,48	0,48
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
15	сыр порция	15	10	10	2,63	2,63	2,66	2,66	0,00	0,00	36,00	36,00	0,21	0,21
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,25	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
	Итого	82,25	550	550	10,26	11,03	9,6	9,85	81,08	86,42	490,2	518,8	10,99	10,99
	Норма завтрака по СанПиН 2006-25% ± 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:
директор

И.А. Бубнова
И.А. Бубнова



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность		Витамины (мг)			
		блюда		блюда		Б			Ж			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		
1	2																

Вариант 7

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

. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тугельман

Завтрак

№	Наименование	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		блюда		блюда		Б			Ж			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
52	Свекла отварная с маслом			60	100	0,88	1,48	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8	0,07	0,07
ТТК 77/6	голубцы ленивые из п/ф высокой степени готовности	29		100	100	9,3	9,3	6,1	6,1	5,9	5,9	116	115	1,5	1,5
331	соус сметанный с томатом	3		20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша гречневая рассыпчатая	18		150	150	8,3	9,95	6,3	7,56	36	43,2	233,7	280,44	0	0
701	хлеб пшеничный	5,25		20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
376	чай с сахаром каркаде	15		200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,25		550	600	20,43	23,45	17,49	21,4	73,94	89,78	534,6	644,06	2,13	2,13
	Норма завтрака по СанПиН 209-07-25% ± 3%			500	550	15,4-19,25	18-22,5	13,8-19,75	16-23	67-83,75	75,6-95,75	470-587,5	544-680		

В.А

Согласовано:

директор

О.А. Лисов
О.А. Мещеряков



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

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

Вариант 8

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

Сборник рецептов под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скуругин И.М., Тугельман В.А

Завтрак

70	овощи натуральные по сезону (отурец)	10	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	6	10	1,75	3,5
246	гуляш из отварного мяса	37,00	90	100	15,21	16,90	14,76	16,40	3,60	4,00	208,80	232,00	0,30	0,30
203	макароны отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,25	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,25	530	580	23,47	25,48	20,46	22,14	68,44	69,52	551,4	578,6	0,6	0,6
	Норма завтрака по СанПиН 2090-23% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	13,3-19,73	16-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Согласовано:

директор

Общая сумма 11



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

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

Вариан 9

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур

и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности

российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

Завтрак

В.А

291	плов из птицы	48	250	250	23,18	23,18	13,08	13,08	31,50	31,50	337,00	337,00	337,00	337,00	0,60	0,60
70	овощи натуральные по сезону (помидор)	13	60	100	0,67	1,12	0,06	0,1	2,1	3,5	12,8	20	20	143,00	1,75	3,5
701	хлеб пшеничный	5,25	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	143,00	0,00	0,00	0,00
377	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	62	62	0,3	0,3
	Итого	82,25	550	600	27,06	28,28	14,16	14,45	70,16	76,9	526,2	562	562	2,65	4,4	4,4
	Норма завтрака по СанПиН 206/0-25% ± 5%		500	550	15,4-19,23	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	544-680			

Согласовано:

директор



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

№ п/п	Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/g/						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		блюдо		12-18 лет		Ж		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		

Завтрак

Вариант 10

Сборник рецептов под редакцией ИП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов

под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности

продуктов питания: Справочник.-М.: Дели Принт, 2008.-276с. Скрутин И.М., Тутельман

В-А

77/2	котлета куриная из п/ф высокой степени готовности	28	100	100	15,85	15,85	9,50	9,50	16,14	16,14	220,00	220,00	3,73	3,73
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша гречневая рассыпчатая	18	150	150	8,3	9,95	6,3	7,56	36	43,2	233,7	280,44	0	0
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	3,25	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
	Итого	82,25	590	600	26,50	28,92	17,69	19,19	89,22	101,76	629,92	703,26	14,29	14,29
	Норма завтрака по СанПиН 206-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	16-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		
	Всего за 10 дней		5 580,00	5 890,00	197,07	211,32	163,70	176,94	752,22	826,29	5 347,88	5 831,06	56,05	57,80
	Средний суточный рацион		558	589	19,71	21,13	16,37	17,69	75,22	82,63	534,79	583,11	5,61	5,78

Норма завтрака по СанПиН 206-25% ± 5%