



Согласовано:

директор

Виктория Владимировна

ОВЗ



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Коргоножко Е.Ю.

Примерное 2-х недельное меню на горячее, двухразовое питание (ОВЗ) для учащихся с 5-11 классов, являющихся членами малолетних семей

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджета 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. Тутельяна. - М.:Дели плюс, 2017. - 54с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий 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., Тутельян САНПИН 1.2. 3685-21 " 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 макроэлементов.

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



Согласовано: *Ирина Владимировна Иванова*
 директор ООО «Визнес Консалтинг»
 №1 /Кортоножко Е.Ю.



Утверждено
 директор ООО «Визнес Консалтинг»
 №1 /Кортоножко Е.Ю.

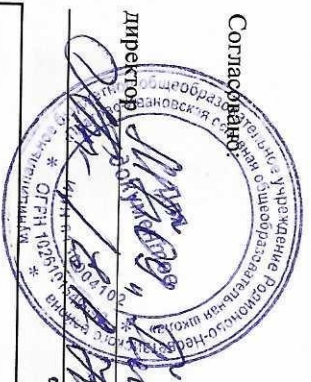
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
День 1 /неделя 1: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	250	8,18	12,17	46,87	330,68	181/2017м	32,8
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	12
Печенье	40	1,2	3,7	17,7	118,26	п.г	12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за Завтрак	520	11,68	16,17	89,44	561,40		59,8

Обед

Овощи по сезону нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	15
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	54-28с/2022н	15
Биточки мясные	90	10,73	15,15	9,76	218,31	268/2017м	30,14
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	11
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	26	26	118	818		90,14
Всего за Понедельник	1290	37,63	42,51	206,99	1379,5		149,94



директор *Ирина Ильясовна Сили*



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Ирина Александровна Кортоножко
 «Бизнес Консалтинг»
 Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена рубли
		Б	Ж	У			
День/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Котлеты рыбные любительские с соусом 60/20	80	8,66	3,06	4,13	76,95	54-14р/54-3сс/2022н	30,8
Каша рассыпчатая пшениная	100	6,12	4,55	25,16	167,32	171/2017м	10
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,8	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	420	17,88	8,01	59,19	381,31		59,8

Обед

Квашеная капуста с маслом растительным изделиями (вермишелью)	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	15
Печень тушеная в соусе	200	5,1	5,78	18,5	146,42	54-7с/2022н	15
Макаронные изделия отварные с маслом	90	11,93	10,1	3,17	151,3	229/2017м	30,14
Напиток из шиповника	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	11
Хлеб пшеничный йодированный	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	12
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за Обед	770	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Всего за Вторник	1190	47	33	168	1155		149,94



Согласовано
 Директор *В.А. Мельников*
 07.07.2010



Утверждено
 «Бизнес Консалтинг»
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 №4
 /Коргоноджко Е.Ю.

Наименование блюда	Блюда	Пищевые вещества (г)			ая ценность	№ реп.	рубли
		Б	Ж	У			
День З/неделя 1: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Каша молочная овсяная жидкая, с маслом и сахаром	250	8,87	13,32	50,12	356,67	182/2017м	30,8
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	пт	9
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010м	5
Итого за завтрак	530	14,18	17,60	99,15	621,91		59,8

Обед

Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,00	101/2004л	15
Суп гороховый	200	3,39	5,90	10,84	110,02	54-25с/2022н	15
Жаркое по домашнему	200	16,73	11,30	25,40	270,22	288/2017м	41,14
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	730	27,09	20,75	98,90	690,73		90,14
Всего за Среду	1260	41	38	198	1313		149,94



Согласовано:
 директор ООО «Бизнес-Консалтинг»
 Короткожко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 1: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Лапшевник с молоком стуженым 180/40	220	18,76	12,99	53,69	406,76	208/2017м	44,8
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	450	21,06	13,29	78,56	519,22		59,8

Обед

Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	54/2017м	15
Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,60	3,96	6,90	74,00	54-1с/2022н	15
Птица отварная	90	19,19	14,13	1,01	207,97	288/2017м	30,14
Порошница	150	8,87	3,73	33,80	204,00	54-2гн/2022н	11
Компот из изюма	200	0,40	0,10	16,60	68,20	54-4хн/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	36,78	26,25	97,41	772,34		90,14
Всего за Четверг	1220	58	40	176	1292		149,94



Согласовано
 Директор ООО «Визит» - Иванова Е.Ю.

Утверждено
 Общество с ограниченной ответственностью «Визит»
 Директор ООО «Визит» Консалтинг
 М.Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Плов из птицы	200	14,54	15,46	34,20	334,41	291/2017м	40,8
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	440	18,00	15,86	64,10	471,45		59,8
Итого за неделю в среднем завтрак	472	17	14	78	511		

Обед

Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м	15
Рассольник ленинградский	200	1,92	5,80	13,22	106,62	54-3гн/2022н	15
Запеканка картофельная с мясом	200	21,13	17,26	25,54	342,02	54-13м/2022н	41,14
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	730	28,72	24,01	102,88	738,53		90,14
Всего за Пятницу	1170	47	40	167	1210		149,94
Итого за неделю в среднем обед	754,00	29,49	24,41	105,12	758,69		



Согласовано: *Л.В.Рыж*
 директор *С.В.Савицкий*
 Утверждено: *Ирина Владимировна Швабская*
 директор ООО Бизнес Консалтинг



Наименование блюда	Блюда	Пищевые вещества (г)			ая ценность	№ рец.	рубли
		Б	Ж	У			
День /неделя 2: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	250	7,13	7,30	54,32	311,50	54-16к/2022н	29,8
Печенье	40	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	12
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	520	10,59	11,38	93,69	529,98		59,8

Обед

Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017м	15
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	54-28с/2022н	15
Кнедли куриные, с соусом сметанным с	90	11,20	13,90	4,22	186,78	301/331/2017м	30,14
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	11
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	25,08	23,57	103,21	732,17		90,14
Всего за Понедельник	1290	36	35	197	1262		149,94



Согласовано
 директор *С.А. Корноужко*
 07.11.2022

Утверждено
 директор ООО Бизнес Консалтинг
 №1 Корноужко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Овощами	80	11,28	8,17	7,816	150,05	229/2017м	29,8
Картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98	157,50	125/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022г	12
Итого за завтрак	460	16,71	14,41	53,87	421,21		59,8
Обед							
Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	54/2017м	15
Суп картофельный с крупной (пшено)	200	1,58	2,17	9,69	68,60	101/2017м	15
Жаркое по домашнему	200	16,73	11,30	25,40	270,22	288/2017м	41,14
Компот из изюма	200	0,40	0,10	16,60	68,20	54-4хн/2022г	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	730	24,43	17,90	90,79	625,19		90,14
Всего за Вторник	1190	41,14	32,31	144,66	1046,40		149,94



Согласовано
 директор *Ирина Владимировна Иванова*



Утверждено
 директор ООО Бизнес Консалтинг *Кор* №1 /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	9
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	250	8,18	12,17	46,87	330,68	181/2017м	35,8
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022г	10
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010м	5
Итого за завтрак	530	13,53	16,37	99,10	608,16		59,8

Обед

Консервы закусоочные (кукуруза)	60	1,20	0,20	6,10	31,30	133/2017м	15
Суп крестьянский с крупой	200	5,12	5,78	10,86	115,58	54-10с/2022г	15
Мясо тушеное	90	12,58	15,38	5,56	210,98	256/2017м	30,14
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	11
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022г	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	29,74	27,19	104,66	782,45		90,14
Всего за Среду	1300	43	44	204	1391		149,94



Согласовано
 директор *Ирина Владимировна Давыдова*
 17.08.2017

Утверждено
 директор ООО Бизнес Консалтинг
Королёв Е.Ю.
 17.08.2017

Наименование блюда	Блюда	Пищевые вещества (г)			ая ценность	№ рец.	рубли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Коллеты рубленые из кур	100	8,94	11,28	9,21	174,07	294/2017м	26,8
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	15
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
Итого за завтрак	480	19,50	17,96	66,88	507,99		59,8

Обед

Овоши по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м	15
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	200	5,1	5,78	18,5	146,42	54-7с/2022н	15
Гуляш из отварного мяса	90	12,02	11,79	3,27	167,27	246/2017м	30,14
Горошница	150	8,87	3,73	33,80	204,00	54-21г/2022н	11
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	32,00	22,09	111,61	773,98		90,14
Всего за Четверг	1250	52	40	178	1282		149,94



Согласовано
 директор *О.А. Мухоморова*
 07.05.2024



Утверждено
 директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Кор №1/Кортоножко Е.Ю.
 07.05.2024

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Печень, тушеная в соусе	100	13,25	11,22	3,52	185	261/2017м	30,8
Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,60	3,27	21,87	131,20	203/2017м	10
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	440	20,31	14,89	55,29	453,24		59,8
Итого за неделю в среднем завтрак	486	16,128	15,002	73,7652	504,116		

Обед

Закуска из овощей (якра кабаковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,00	101/2004н	15
Суп гороховый	200	3,39	3,60	10,84	89,32	54-25с/2022н	15
овощами	90	12,7	8,9	6,3	156,1	229/2017м	30,14
Щоре картофельное	150	3,20	5,20	19,80	139,40	128/2017м	11
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	770	25,92	21,41	107,68	728,91		90,14
Всего за Пятницу	1210	46	36	163	1182		149,94
Итого за неделю в среднем обед	762,00	27,43	22,43	103,59	728,54		

Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Среднее значение за завтрак		16,34	14,59	75,93	507,59
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		18,16	15,86	19,82	18,66
Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5
Среднее значение за обед		28,46	23,42	104,36	743,61
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		31,62	25,46	27,25	27,34
Среднее значение за день		44,80	38,02	180,28	1251,20
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		49,78	41,32	47,07	46,00
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 12-18 лет по проекту СанПиН 2020		90,00	92,00	383,00	2720,00
Распределение ЭЦ				Норма	
	Завтрак		18,66	20-25%	
	Обед		27,34	30-35%	

Использованная литература: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. ДеЛи плюс, 2017 г

Организациях отдела детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г.- 275с

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

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