



Согласовано: Для Директора  
Федерального научного центра  
безопасности пищевой продукции  
и охраны потребителей  
Минздрава России



Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Кор №/Коргоножко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание  
для учащихся с 5-11 классов, являющихся членами семей участников специальной военной операции,  
а также для членов многодетных семей.  
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. Тутельяна. - М.: Делфи плюс, 2017. - 544с.

М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

В.А.

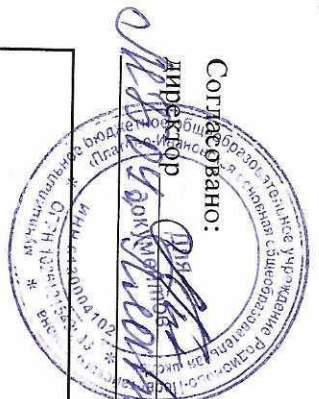
обитания".

Среднестатистические 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

*С.А. Давыдова*  
 Давыдова С.А. - Кандидат в члены ДСМ

Утверждено

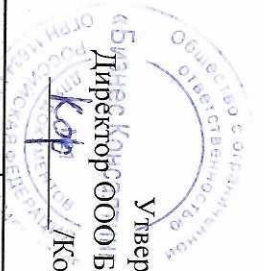
Директор ООО Бизнес Консалтинг

*Е.Ю.*  
 Кортоножко Е.Ю.

Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
<b>День 1 /неделя 1: Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	250	8,18	12,17	46,87	330,68	181/2017м	31,97
Блинчики с молоком сгущенным 50/20	70	3,91	4,08	24,85	151,76	399/2017м	30
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>14,39</b>	<b>16,55</b>	<b>96,59</b>	<b>594,90</b>		<b>74,97</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>550,00</b>	<b>14,39</b>	<b>16,55</b>	<b>96,59</b>	<b>594,90</b>		



Согласовано: *М. Мамбетов*  
 директор *Мамбетов-Ивановская ДИП*  
*М. Мамбетов*



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
*Кор* / Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Котлеты рыбные любительские с соусом	130	14,08	4,98	6,72	125,05	54-14р/ 54-3сс/2022н	41,97
100/30							
Каша рассыпчатая пшеничная	180	11,02	8,20	45,57	301,19	171/2017м	17
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,8	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	550	28,20	13,58	82,19	563,28		74,97
Всего за Вторник	550	28	14	82	563		



Согласовано: Директор  
 И.В. Савицкая  
 И.В. Савицкая - Иванычева СВМЧ



«Бизнес Конс» Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Кор /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 3/неделя 1: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Яйца вареные	50	6,35	5,75	0,35	78,75	209/2017м	24
Каша Молочная овсяная жидкая, с маслом и сахаром	250	8,87	13,32	50,12	356,67	182/2017м	30,97
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
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>19,33</b>	<b>19,65</b>	<b>81,80</b>	<b>582,40</b>		<b>74,97</b>
<b>Всего за Среду</b>	<b>550,00</b>	<b>19,33</b>	<b>19,65</b>	<b>81,80</b>	<b>582,40</b>		



Согласовано  
 директор ООО «Тат-Агро» *И.И. Ибрагимова*

Утверждено  
 директор ООО Бизнес Консалтинг *Е.Ю. Кортоножко*

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
<b>День 4/неделя 1: Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
Лапшевник с молоком сгущенным 180/40	220	18,76	12,99	53,69	406,76	208/2017м	41,97
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>21,46</b>	<b>13,69</b>	<b>88,36</b>	<b>566,22</b>		<b>74,97</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>550,00</b>	<b>21,46</b>	<b>13,69</b>	<b>88,36</b>	<b>566,22</b>		

Лапшевник с молоком сгущенным 180/40	220	18,76	12,99	53,69	406,76	208/2017м	41,97
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>21,46</b>	<b>13,69</b>	<b>88,36</b>	<b>566,22</b>		<b>74,97</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>550,00</b>	<b>21,46</b>	<b>13,69</b>	<b>88,36</b>	<b>566,22</b>		



Согласовано: С.С. Симонов - Исполнительный директор  
 директор С.С. Симонов - Исполнительный директор

Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг Е.Ю. Кортоножко

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Овоши по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	10
Плов из птицы	250	18,17	19,32	42,75	418,01	291/2017м	48,97
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
Итого за завтрак	550	22,11	19,78	73,67	561,05		74,97
Всего за Пятницу	550	22	20	74	561		
Итого за неделю в среднем завтрак	550,00	21,10	16,65	84,52	573,57		



Согласовано: *М. Доржиев*  
 директор *Улаанбаатар Долоо*



Утвржигено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
*Кор* Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 1/неделя 2: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	250	7,13	7,30	54,32	311,50	54-16к/2022н	26,97
Блинчики со молоком случайным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	30
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
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>13,30</b>	<b>12,56</b>	<b>93,84</b>	<b>542,68</b>		<b>74,97</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>550</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>94</b>	<b>543</b>		



Согласовано: *М.В.С.С.* *Сидомбо-Свампятское СПК*  
 директор *М.В.С.С.* *Сидомбо-Свампятское СПК*



«Бизнес Консалтинг»  
 ООО Бизнес Консалтинг  
 директор *Кор* /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

*Завтрак*

Винегрет овощной	60	0,78	2,7	4,62	45,6	67/2017м	10
Овощами	100	14,11	10,22	9,77	187,55	229/2017м	29,97
Картофель отварной с маслом	180	3,63	7,13	25,17	189,00	125/2017м	20
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/2022н	12
<b>Итого за завтрак</b>	<b>570</b>	<b>20,92</b>	<b>20,35</b>	<b>64,63</b>	<b>535,81</b>		
<b>Всего за Вторник</b>	<b>570</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>65</b>	<b>536</b>		<b>74,97</b>





Согласовано:  
 Директор *Иванов И.И.*  
*Иванов И.И.*

Утверждено  
 «Бизнес-Инновации»  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг *Кор*  
 /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Ййца вареные	50	6,35	5,75	0,35	78,75	209/2017м	24
Каша молочная манная жиДкая с маслом и сахаром	250	8,18	12,17	46,87	330,68	181/2017м	35,97
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010м	5
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>18,68</b>	<b>18,42</b>	<b>81,75</b>	<b>568,65</b>		<b>74,97</b>
<b>Всего за Среду</b>	<b>550</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>82</b>	<b>569</b>		



Согласовано:  
 Директор И.А. Сидорова - Ивановская СВЧ



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг Кор  
 /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рец.	Цена рубли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Котлеты рубленые из кур	100	8,94	11,28	9,21	174,07	294/2017м	25,97
Каша рассыпчатая, гречневая	180	9,96	7,56	43,20	280,44	171/2017м	14
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	17
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45тн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>610</b>	<b>21,56</b>	<b>19,62</b>	<b>83,88</b>	<b>601,73</b>		<b>74,97</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>610</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>84</b>	<b>602</b>		



Согласовано:  
 Директор *Ирина Владимировна Давыдова* - *Ивановская ДИИ*



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
*Кор* /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
<b>День 5 /неделя 2: Пятница</b>	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м	10
Печень, тушенная в соусе	100	13,25	11,22	3,52	185	261/2017м	30,97
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3тн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>22,78</b>	<b>16,58</b>	<b>68,32</b>	<b>531,64</b>		<b>74,97</b>
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>550</b>	<b>23</b>	<b>17</b>	<b>68</b>	<b>532</b>		
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>566,00</b>	<b>19,45</b>	<b>17,51</b>	<b>78,48</b>	<b>556,10</b>		

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Среднее значение за завтрак		20,27	17,08	81,50	564,84
Выполнение СанПин 2.3/2.4.3590-20		22,53	18,56	21,28	20,77
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		20,77	20-25%	

учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Деши плюс, 2017 г

организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "

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

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