

Согласовано:

директор *Ирина Сергеевна Котова*
Ирина Сергеевна Котова
 МБОУ "СОШ №2" г. Котловое
 ИНН 3414000057

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Артемонова Е.Ю.
 13.01.25



**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
 для учащихся с 5 по 11 класс (18 лет и старше) ОВЗ (завтрак+ 2-й завтрак)
 для муниципальных общеобразовательных школ**

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

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 В.А.

САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

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.



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

Согласовано
 директор
 Абдымеликбаева У.А.
 В.О.А.А.А.А.

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			я ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
Завтрак							
День 1 /неделя 1: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет			
каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	250	9,44	12,17	40,62	309,24	181/2017м	33
блинчики (оладьи) с молоком стученным	70	5,08	4,78	19,29	140,50	399/2017м	30
какао с молоком	100	0,40	0,40	9,80	47,00	382/2017м	16
фрукт свежий (яблоко)	200	4,08	3,54	17,58	118,6	338/2017м	22
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,2
Итого за _Завтрак	650	21,37	21,19	101,78	685,48		104,2
2й завтрак							
Йогурт	100	1,50	0,10	11,00	50,00	п.т	23
омлет натуральный	150	12,7	18	3,3	225,5	210/2017м	35
Итого	250	14,20	18,10	14,30	275,50		162,20



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.
 13.01.2017

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			я ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
Завтрак							
День 2/неделя 1: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
капуста квашеная	100	1,7	5	8,45	87,5	47/2017 м	20
рыба, тушеная в томате с овощами	100	14,11	9,88	7,50	175,36	229/2017м	45
каша рисовая рассыпчатая	150	3,70	4,80	36,50	203,50	171/2017м	20
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,2
компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8	54-1хн/2022н	16
Итого за завтрак	580	22,54	20,07	98,97	669,30		104,2
2й завтрак							
сок фруктовый	150	0,075	0	15,15	63,6	389/2017м	23
блинчики с ягодной начинкой	70	2,7	3,81	31,48	171,01	398/2017м	35
Итого	220	2,78	3,81	46,63	234,61		162,20



Согласовано:

директор *М.В. Сидорук*
М.В. Сидорук
 13.08.2017

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кордоножко Е.Ю.
Е.Ю. Кордоножко
 13.08.2017

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			я ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3/неделя 1: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							
овощи в нарезке по сезону (огурец)	100	1,12	0,2	3,6	22	70/71/2017м	22
биточки, котлеты куриные с соусом	120	10,18	11,33	7,07	147,85	294/332/2017м	44
макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	20
чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	54-3гн/2022н	15
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	701/2010м	3,2
Итого за завтрак	620	20,78	16,95	82,82	545,55		104,2
2й завтрак							
кисломолочный продукт "Ряженка"	150	0,075	0	15,15	63,6	п.т	23
лапшевник с творогом	150	2,7	3,81	31,48	171,01	208/2017м	35
Итого	300	2,78	3,81	46,63	234,61		162,20

Согласовано:

директор *Ильичев С.В.*
Ильичева С.В.

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Жортоножко Е.Ю.

13.01.2015

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			я ценность (ккал)	цена рубли
		Б	Ж	У		
День 4/неделя 1: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

Завтрак

каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы	250	12,04	13,97	26,71	276,37	54-167/2022Н	44
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017М	22
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010М	3,2
пряник	40	2,44	5,73	28,44	145,33	П.Т	20
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	54-2гн/2022Н	15
Итого за завтрак	620	17,32	20,42	94,44	598,84		104,2

2й завтрак

сок фруктовый	150	0,075	0	15,15	63,6	389/2017М	23
вареники с картофелем с сметаной	150	6,3	2,9	44,1	227,7	398/2017М	35
Итого	300	6,38	2,90	59,25	291,30		162,20

Согласовано:

директор *Леночка* *С.А.*

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.
13.01.2015

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет		
День 5/неделя 1: Пятница				12-18 лет	

Завтрак

Свекла отварная растительным маслом	100	1,4	6	8,27	92,68	52/2017м	20
Плов с мяом (свинина)	200	13,54	14,70	25,20	287,26	265/2017м	60
Напиток из шиповника	200	0,45	0,18	13,68	58,77	54-13хн/2022г	20
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	24,15	116,9	701/2010м	4,2
Итого за завтрак	550	18,89	21,38	71,30	555,61		104,2
Итого за неделю в среднем завтрак	596	21	20	87	613		

2й - Завтрак

Оладьи с яблоком и стученным молоком	135	9,55	9,71	54,58	333,91	403/2017м	35
Молоко кипяченое	150	4,40	3,80	7,20	81,00	п.т	23
Итого за 2й-завтрак	285	13,95	13,51	61,78	414,91		58
Всего за Пятницу	835,00	32,84	34,89	133,08	970,52		162,2

Согласовано:

директор *Ирина Сергеевна Котова*
Ирина Сергеевна Котова
 13.02.2017

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Коргоножко Е.Ю.
 13.02.2017

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена рубль
		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 молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	9,06	12,82	38,12	291,67	182/2017м	33
сдобное изделие сладкое	45	7,20	8,90	10,80	152,10	П.Т	30
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	22
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,2
чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	54-3гн/2022н	15
Итого за завтрак	635	19,95	22,54	93,24	646,29		104,2

2й завтрак

Йогурт	100	1,50	0,10	11,00	50,00	п.т	23
омлет натуральный	150	12,7	18	3,3	225,5	210/2017м	35
Итого	250	14,20	18,10	14,30	275,50		162,20

Согласовано:

директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 [Подпись]

Утверждено

директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 [Подпись]

/Кортоножко Е.Ю.

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

Завтрак

овощи в нарезке по сезону (помидор)	100	1,12	0,2	3,6	22	70/71/2017М	21
котлеты домашние из с соусом	120	8,32	13,15	7,17	180,62	268/331/2017М	44
макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017М	20
компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8	54-1хн/2022Н	16
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010М	3,2
Итого за завтрак	600	17,87	18,64	90,09	602,36		104,2

2й завтрак

сок фруктовый	150	0,075	0	15,15	63,6	389/2017М	23
блинчики с ягодной начинкой	70	2,7	3,81	31,48	171,01	398/2017М	35
Итого	220	2,78	3,81	46,63	234,61		162,20

Согласовано:

директор *Людмила И.А. Ефремова*
 13.01.2017

Утверждено

директор *Е.Ю. Коргоножко*
 13.01.2017

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№1 № рец.	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет			
День 3 /неделя 2: Среда	12-18 лет				12-18 лет		

Завтрак

овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	70/71/2017м	22
гречка по-Купечески с мясом свинины	200	13,20	17,80	37,50	363,00	458/2002г	62
чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	54-3гн/2022н	15
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	701/2010м	5,2
Итого за завтрак	550	18,08	18,42	78,55	551,90		104,2

2й завтрак

кисломолочный продукт "Ряженка"	150	0,075	0	15,15	63,6	п.т	23
лапшевник с творогом	150	2,7	3,81	31,48	171,01	208/2017м	35
Итого	300	2,78	3,81	46,63	234,61		162,20

Согласовано:

директор *Львочу сестра 2. Комбо*
Александрова И.А.

13.01.2015

Утверждено

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

13.01.2015

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет		
День 4/неделя 2: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

Завтрак

каша молочная пшеничная жидкая с маслом и сахаром	250	10,38	13,71	43,27	337,99	182/2022М	34
блинчики (оладьи) с повидлом	70	5,08	4,78	19,29	140,50	399/2017М	30
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017М	22
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	54-2ггн/2022Н	15
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	701/2010М	3,2
Итого за завтрак	670	19,88	19,41	111,51	702,39		104,2

2й завтрак

сок фруктовый	150	0,075	0	15,15	63,6	389/2017М	23
вареники с картофелем с сметаной	150	6,3	2,9	44,1	227,7	398/2017М	35
Итого	300	6,38	2,90	59,25	291,30		162,20

Согласовано:

директор *Львоу селма 2 томбо*
Александрова И.И.

13.01.2017

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Коргоножко Е.Ю.

13.01.2017

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена рубли
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет		
Завтрак						
консервы закусочные (зеленый горошек)	100	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017м 20
оладьи из пчени по-кунцевски, с маслом	105	13,33	10,22	18,44	219,06	54-31м/2022н 40
каша рисовая рассыпчатая	150	3,70	4,80	36,50	203,50	171/2017м 20
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	701/2010м 5,2
напиток из шиповника	200	0,45	0,18	13,68	58,77	54-13хн/2022н 19
Итого за завтрак	605	23,13	15,80	96,27	620,33	104,2
Итого за неделю в среднем завтрак	612,00	19,78	18,96	93,93	624,65	
2й завтрак						
МОЛОКО	150	4,40	3,80	7,20	81,00	п.т 23
оладьи с яблоком с молоком стуженным	135	9,55	9,71	54,58	343,91	403/2017м 35
Итого	285	13,95	13,51	61,78	424,91	162,20

Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ±	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
<i>Среднее значение за завтрак</i>		20,49	18,53	84,84	593,90
<i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>		26,61	23,45	25,33	25,27
Норма завтрака по СанПиН 10%-15%- ± 5%					
<i>Среднее значение за 2Й завтрак</i>		8,02	8,43	45,72	292,19
<i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>		10,41	10,67	13,65	12,43
<i>Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020</i>		77,00	79,00	335,00	2350,00
Распределение ЭЦ				Норма	
	Завтрак		25,27	20-25%	

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

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

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

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