

Согласовано:

директор *И.Ю. Селендз. Кетово*
Новосибирская обл. 2017

330.30252

Утверждено

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.
330.30252

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание (Завтрак)
для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 лет) диагноз Диабет,
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 бюджета 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.: 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.



Согласовано:
 директор Игорь Сергеевич Кетов
Игорь Сергеевич Кетов
 03.01.2025

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 «Бизнес Консалтинг»
 Кортоножко Е.Ю.
 19.01.2025

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			я 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 жидкая манная, с маслом без сахара	200	7,55	9,74	32,50	247,80	181/2017м	33
Печенье галетное	20	2,37	2,50	17,12	98,25	П.Т	30
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	16
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	701/2010м	22
Чай с лимоном без сахара	200	0,13	0,02	8,2	34,1	54-3гн/2022н	3,2
Итого за _Завтрак	560	12,69	13,10	87,38	519,11		104,2

Согласовано:

директор Ирина Сергеевна Ковалева
Ирина Сергеевна Ковалева
30.08.2015

Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.
«Бизнес Консалтинг»

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			я ценность (ккал)	№1 № рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Капуста квашеная	60	1,02	3	5,07	52,5	47/2017 м	20
Котлета рыбная из п./ф. высокой степени готовности с соусом	90	12,7	8,9	6,3	156,1	229/2017м	45
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,70	4,80	36,50	203,50	171/2017м	20
Компот из сухофруктов без сахара	200	0,66	0,09	25,03	104,9	54-1 хн/2022н	16
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	701/2010м	3,2
Итого за завтрак	530	19,76	17,12	87,72	585,97		104,2



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.
 13.01.17

Согласовано:
 директор ЛЕВУСЕВ И.А.
 /Кортоножко Е.Ю.
 13.01.17

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			я ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3/неделя 1: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Овощи в нарезке по сезону (огурец)	60	0,67	0,12	2,16	13,2	70/71/2017м	22
гречка по-Купечески с мясом свинины	200	13,20	17,80	37,50	363,00	458/2002г	62
Чай с лимоном без сахара	200	0,13	0,02	8,2	34,1	54-3гн/2022н	15
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	701/2010м	5,2
Итого за завтрак	510	16,80	18,49	72,56	525,25		104,2

Согласовано:

директор *Анна Сергеевна Котова*
Новоселова И.И.

Утверждено:

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Е.Ю. Кортоножко

«Бизнес Консалтинг» № 30.052

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

Завтрак

Каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы без сахара	220	10,6	12,29	23,51	243,21	54-167/2022Н	44
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017М	22
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010М	3,2
Печенье галетное	40	2,44	5,73	28,44	145,33	П.Т	20
Чай без сахара	200	0,07	0,02	15	60	54-2гн/2022Н	15
Итого за завтрак	590	15,88	18,74	91,24	565,68		104,2



Директор ООО Бизнес Консалтинг
«Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю
№1
13.01.2017

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

Завтрак

Свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68	52/2017м	19
Плов с мясом	200	13,54	12,46	25,20	269,60	265/2017м	60
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	701/2010м	5,2
Компот из яблок свежих без сахара	200	0,45	0,18	13,68	58,77	54-13хн/2022н	20
Итого за завтрак	510	17,63	16,79	68,54	499,00		104,2
Итого за неделю в среднем завтрак	540	16,55	16,85	81,49	539,00		

Согласовано:

директор *МБОУ Селва 2. Демидова*
Новикова И.И. ДМ

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Коргоножко Е.Ю

13.08.2017

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец. рубли
		Б	Ж	У		
День 1/неделя 2: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Завтрак

Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с маслом без сахара	200	7,25	10,26	30,50	233,34	182/2017М	33
Печенье галетное	20	2,37	2,50	17,12	98,25	П.Т	30
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017М	22
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	701/2010М	4,2
Чай с лимоном без сахара	200	0,13	0,02	8,2	34,1	54-3гн/2022Н	15
Итого за завтрак	560	12,39	13,62	85,38	504,65		104,2

Согласовано:

директор *И.В.У. Селин д.г. Кемова*
Новоселенкова И.А. Ш

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.
«Бизнес Консалтинг» 13.01.2017.

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

Завтрак

овощи в нарезке по сезону (помидор	60	0,66	0,12	2,16	13,2	70/71/2017м	21
Котлеты домашние из п/ф высокой степени готовности с соусом	120	8,32	13,15	7,17	180,62	77/3/2022-331/2017м	44
Макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	20
Компот из сухофруктов без сахара	200	0,66	0,09	25,03	104,9	54-1хн/2022н	16
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	701/2010м	3,2
Итого за завтрак	560	16,72	18,59	81,98	564,49		104,2

Согласовано:

директор *А.В. Сидоров*

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю

13.08.2017

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена рубли
		Б	Ж	У		
День 3 /неделя 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Завтрак

Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/71/2017М	22
гречка по-Купечески с мясом свинины	200	13,20	17,80	37,50	363,00	458/2002Г	62
Чай с лимоном без сахара	200	0,13	0,02	8,2	34,1	54-3тн/2022Н	15
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	701/2010М	5,2
Итого за завтрак	510	16,61	18,43	71,42	518,05		104,2

Согласовано:

директор *М.В. Сидорова*

А.В. Шихова

13.08.2025

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Б.В. Двор
/Кортоножко Е.Ю

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена рубли
		Б	Ж	У		
День 4/неделя 2: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Каша молочная пшениная жидкая с маслом без сахара	200	8,26	10,97	34,62	270,25	182/2022м	34
Печенье галетное	20	2,37	2,50	17,12	98,25	п.г	30
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	22
Чай без сахара	200	0,07	0,02	8	32,1	54-2гн/2022н	15
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	701/2010м	3,2
Итого за завтрак	550	12,78	14,22	84,36	516,57		104,2

Согласовано:

директор *Михушев С.В.*
Михушев В.А.

13.01.2025

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю

13.01.2025

«Бизнес Консалтинг»

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Винегрет овощной	60	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017м	20
Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с маслом	105	12,83	12,97	10,27	209,13	77/4/2022	39
каша рисовая рассыпчатая	150	3,70	4,80	36,50	203,50	171/2017м	20
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	701/2010м	5,2
Чай с лимоном без сахара	200	0,13	0,02	8,2	34,1	54-3гн/2022н	20
Итого за завтрак	565	21,16	18,44	83,17	583,78		104,2
Итого за неделю в среднем завтрак	549,00	15,93	16,66	81,26	537,51		

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			
<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.