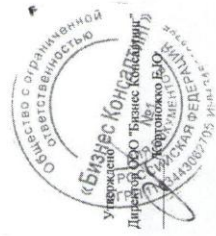


10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/					Энергет. ценность		Витамины (мг)		
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	У	У	кал	ккал	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
<b>Вариант 1</b>														
					<b>обед</b>									
7071/2017м	овощи по сезону (свекла, свежий, солёный)	15	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083
96/2017м	рисовый суп с грибами	14	200	250	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	107,25
201/2017м	пюре из тыквы	50	50/150	60/180	16,89	20,27	9,66	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5,40
705/2010м	салат капустный	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
707/2010м	хлеб пшеничный	3	40	50	3,88	3,85	0,96	1,20	21,86	26,70	106,40	133,00	0,00	0,00
639/2017м	компот из сухофруктов	10	700	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	174	174	0,3	0,3
	<b>Итого</b>	<b>97,85</b>	<b>750,0</b>	<b>890,0</b>	<b>25,03</b>	<b>29,90</b>	<b>15,51</b>	<b>18,77</b>	<b>119,32</b>	<b>134,62</b>	<b>738,36</b>	<b>815,49</b>	<b>13,95</b>	<b>117,03</b>
				800										
			700		23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,98	27,5-32,2	10,5-11,7-25	14,9-14,03	705-822,5	816-932		

Норма расхода по СнПам 30% ± 5%

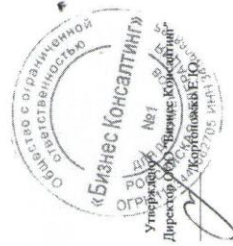


№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)	
					Б	Ж	У	Ж	У	с			с	
1	2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет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

Вариант 2

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)	
					Б	Ж	У	Ж	У	с			с	
1	2		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
181/2004д	Овощи консервированные (зеленый горошек)	1,5	60	160	2,25	0,18	0,30	7,92	13,70	38,52	64,20	0,63	1,05	
88/2017м	Щи из свежей капусты с картошкой со сметаной	1,5	2007,0	2507,0	1,84	2,3	6,3	8,24	10,3	87,2	109	1,20	1,50	
295/32/2017м	Биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	31	100	101,8	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5	1,5	
332/2017м	соус сметанный с луком томатом	3	20	20										
202/2017м	макарон отварные с маслом	1,5	150,0	180,0	5,73	6,07	7,28	31,08	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00	
702/2016м	хлеб ржаной	5,85	50	50	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,3	109,3	0,00	0,00	
701/2016м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00	
342/2017м	котлет из свежих пловов	10	200	200	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9	0,9	
	Итого	97,85	830,0	956,0	24,7	24,3	26,9	123,8	139,6	807,7	896,3	4,2	5,0	
	Итого по СанПиН 30% - 35% ± 5%		700	800	231,1-26,05	27,31,3	27,32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952			

обед



№ реп. по сбор.	Наименование блока	Цена Рубли	вес блока		Пищевые вещества*						Энерг. ценность		Витамин (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
7071/2017м	овощи свежие (помидор свежий; салатный)	15	60	180	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58
1351/2004л	Суп овощной со сметаной	15	200/10	250/10	2,1	2,6	5,5	6,9	10,2	12,8	100,2	125,3	8,3	10,3
2792/31/2017м	терфель говяжий с рисом соусом	33	90	180	7,46	8,29	8,29	9,21	9,44	10,48	142,00	157,77	0,41	0,45
331/2017	соус	3	20,0	20,0										
198/2017м	гарош отпарной	13	150,0	180,0	13,63	16,35	6,85	8,21	35,02	42,02	255,00	306,00	0,00	0,00
7021/2016м	салат ржаной	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2016м	салат пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00
360/202	кисель из конопли	10	200,0	200,0	0,08	0,08	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,00	1,00
	Итого	97,85	830	950	29,36	31,79	22,34	26,06	123,00	134,99	837,94	938,52	19,26	27,13
	Итого обеды по СмпПлм		700	800	231,26/951	273,31,5	23,72/6,95	27,32,2	100,51/129,134/05	705,872,5	815,932			

обед

Вариант 3



№ рец. по сбор.	Наименование блока	Цена Рубли	вес блока		Плщевые пешеходы/						Энергет. ценность кв.м	Энергет. ценность кв.м	Вытаплив (кг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			7-11 лет	12-18 лет
1	2		7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Вариант 4

обсд

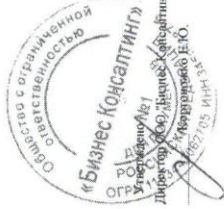
52/2017н	сезона отапливая с растительным маслом	15	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65
112/2017н	стн картофельный с мажорными и детьми	15	200	250	2,2	2,75	2,2	2,75	16,1	20,12	94	117,5	0,76	0,95
289/2017н	лист с курцией	49	200	240	7,35	9,18	12,17	15,21	13,44	16,13	237,71	333,80	11,70	14,04
702/2010н	злеб ржаной	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2010н	злеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00
639/2017н	комплот из сурфруктов	10	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	174	174	0,3	0,3
	Итого	97,85	750,0	880,0	16,44	19,38	19,49	25,48	109,01	119,02	727,29	884,00	16,75	21,94
	Итого обща по СмпЛин 30%-35% ± 5%		700	800	23,126,05	27,31,5	23,726,95	27,332,2	100,5117,25	14,9134,05	705,822,5	816,952		



№ рец. по сбор.	Имя персоналия	Цена Рубли	вес блока		Питательные вещества/						Энергет. ценность		Витамин (мг)	
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с	с	
7071/2017м	овощи по сезону (свекла; соленья)	15	60	100	0,48	0,8	0,06	0,08	1,02	1,36	6	10	2,1	3,5
822/2017м	борщ с капустой и картофелем со сметаной	17	200/0	250/0	1,9	2,4	6,2	7,8	10,5	13,1	105,2	131,5	0,70	0,87
2355/2017м	печень по старинному	32	100	100	13,26	13,26	11,23	11,23	3,52	3,52	185,00	185,00	7,64	7,64
7021/2017м	макаронные изделия с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,78	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00
701/2010м	хлеб ржаной	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00
3423/2011м	компот из свежих яблок	10	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9	0,9
	Итого	97,85	810,0	930,0	26,94	28,86	25,24	28,06	117,61	126,98	830,30	901,70	11,34	12,91
	Итого блока по Считкам		700	800	231,2695	27311,3	23,72695	27552,1003	117,23	14,913403	705822,5	810952		

Вариант 5

обла



Согласовано:  
 директор ИРУ, Комаромовская С.  
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Комаромовская С.Ю.



№ реч. по сбор.	Наименование биода	Цена Руб/шт	вес биода		Пищевые вещества*						Энергет. ценность		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	12-18 лет	12-18 лет	7-11 лет	7-11 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2															
Вариант 6																
7071/2017м	овощи по сезону (бурак, свеклы, солений)	15	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083		
	1шт из свежей капусты с картофелем со сметаной															
881/2017м		15	300/10	250/10	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	87,2	109	1,20	1,50		
246/2017м	булочки из отпарной говядины	38	100	100	13,36	14,08	14,08	14,08	3,27	3,27	164,00	164,00	1,20	1,20		
705/2016м	хлеб ржаной	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,09	0,09		
701/2016м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,09	0,09		
310/2017м	картофель отварной	11	150	180	3	3,6	0,5	0,72	23,7	28,44	112,2	134,65	21,75	26,1		
360/202	кисель из вишни	10	200,0	200,0	0,08	0,08	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,80	1,80		
	Итого	97,85	810,0	930,0	24,21	25,59	21,34	22,76	102,49	110,05	698,10	747,15	28,40	34,68		
	Итого биода по СмпЛин 30%-35% ± 5%		700	800	23,126,95	27,31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	14,9-134,05	705-822,5	816-952				



Согласовано:  
 директор **ИОУ Комсомольская СШ**  
**ВОЙЦЕНСКАЯ Е.В.**

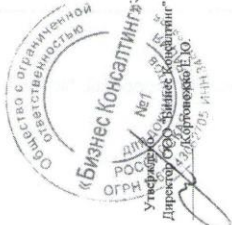
№ рец. по сбор.	Наименование блока	Цена Рубли	вес блока		вес блока	Пищевые вещества/						Энергет. ценность		Витамин (мг)				
			7-11 лет	12-18 лет		Б	Б	Ж	Ж	У	У	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	
1	2																	
101/2004а	Овощи консервированные (зеленый горошек)	15	60	100	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,52	64,20	0,63	1,05			
139/2004а	Суп картофельный с бобовыми (горох)	13	200	250	250	4,96	6,2	4,48	5,6	17,84	22,3	133,6	167	4,66	5,85			
234/133/2017м	котлеты рыбные с соусом	31	100	100	100	10,32	10,32	8,40	8,40	14,41	14,41	174,00	174,00	0,34	0,34			
331/2017	соус	5	20,0	20,0	20,0													
171/2017м	мама вичеяя рассольчатый	15	150	189	189	4,64	5,80	7,79	9,74	32,91	41,13	220,00	275,00	0,00	0,00			
702/2016м	хлеб ржаной	5,85	40	40	40	1,89	1,89	0,44	0,44	17,4	17,4	87,6	87,6	0,00	0,00			
701/2016м	хлеб пшеничный	3	30	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00			
639/2017м	компот из сухофруктов	10	200	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,3			
	Итого	97,85	800	920	920	26,07	29,37	22,01	25,20	137,90	155,86	857,52	971,60	5,93	7,54			
	Итого блока по СнПин 30%-35% ± 5%		700	800	800	231,26,95	273,1,5	237,26,95	273,22,100,5-117,29	149,134,05	705,82,2,3	816,952						

Вариант 7

обсц



Создано: 1994 г. 12-18-11 лет  
 Инициалы: МРЧ, КОМСОМЛЬСКОЕ Ш,  
 ВОДНАЯ Е.В.



№ реч. по сбор.	Наименование блока	Цена Рубли	вес блока		Пищевые вещества/				Энергет. ценность		Витамин с			
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
70712017м	ювени селекне (помидор селекней; селекней)	15	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58
3122017м	суи картофельный с микронными изделями	15	200	250	2,2	2,75	2,2	2,75	16,1	20,12	94	117,5	6,76	0,95
2582017м	меса брхвое с омацашт	49	200	250	17,40	21,75	18,90	23,62	14,90	18,62	299,00	373,75	11,66	14,57
70212010м	хлеб ржктой	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
7012010м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00
34212011м	компот из селекных плодое	10	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9	0,9
Итого		97,85	750	890	25,81	31,15	23,94	28,29	103,77	112,95	734,80	841,85	22,07	31,00
Норма блока по Станд.ит. 30%; 35%, 4 5%			700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952		

Вариант 8

обса



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
«Бизнес-Консалтинг»  
№1  
РОССИЙСКАЯ  
ОГРН 1160700000000000000  
Учредитель  
Директор ООО «Бизнес-Консалтинг»  
Коргоножко Е.Ю.

Согласовано:  
директор ООО «Комсомольская С.Ш.»  
С.Ш. ВОЛЧАНСКАЯ Е.А.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	У	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
107/2001л	Мякн кабачковая консервированная	15	60	60	0,976	0,98	0,96	0,96	6,16	6,16	62,4	62,4	0	0
96/2017м	рассольник пензенский	14	200,0	250,0	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	107,25
290/2017м	пицца тушеная с сметаной соус	33	100	100	12,12	12,12	11,52	11,52	12,93	12,93	164	164	1,37	1,37
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	17	150	180	3,54	4,25	7,29	8,75	36,83	44,2	226,87	272,24	0,00	0,00
702/2010м	Хлеб ржаной	5,85	40	40	1,89	1,89	0,44	0,44	17,4	17,4	87,6	87,6	0,00	0,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	3	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
360/202	Кисель из повидла	10	200,0	200,0	0,08	0,08	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,80	1,80
	Итого	97,85	780,0	860,0	22,53	21,63	25,04	27,51	121,95	131,71	818,07	863,44	6,70	107,25
	Норма ебела по СанПиН 3%-35% ± 5%		700	800	23,126995	27,315	23,726995	27,322	100,5-117,25	114,9-134,05	705-820,5	816-952		

обед

Вариант 9



Согласовано:  
директор ИМБУ, Консомольская Ш.  
И.В. Волчанская Е.А.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена, рубль	вес блюда		Пищевые вещества						Энергет. ценность		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	Вариант 10															
	свежая отварная с растительным маслом	15	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65		
335\2004	суп овощной со сметаной	14	200/10	250/10	2,1	2,6	5,5	6,9	10,2	12,8	100,2	125,3	8,3	10,3		
291\2017	плов из птицы	50	50/150	60/180	16,89	20,27	9,80	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5,40		
702\2018	хлеб ржаной	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00		
701\2018	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00		
639\2017	колбас из свиных тушек	10	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	12,4	12,4	0,3	0,3		
	Итого	97,85	760	890	25,86	30,34	20,50	26,23	123,80	136,42	798,48	921,14	17,09	22,65		
	Норма обмена по СанПиН 30% - 35% ± 5%		700	800	231,26,95	27,31,5	22,72,56,95	27,32,2	100,5-117,25	14,9-134,05	706-822,5	816-932				
	Всего за 10 дней		7860,0	9090,0	246,90	271,90	218,76	255,29	1184,67	1302,15	7838,53	8781,14	145,72	387,09		
	Средний суточный рацион		786	909	24,69	27,39	21,88	25,53	118,47	130,22	783,85	878,11	14,57	38,71		

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродформ, 2004. - 640с.

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 на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2010. - 544с.

Таблица 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\*.