

Согласовано:  
 директор

«Бизнес Консалтинг»  
 Общество с ограниченной  
 ответственностью  
 ОГРН 1183443062705  
 ИНН 3452017009  
 Волгоградская область,  
 Волгодонский район,  
 ст. Волгодонская

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Вариант 1

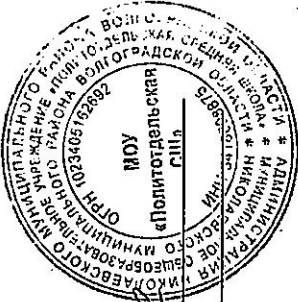
Обед

70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	100	0,8	0,1	1,9	12	4,083
96/2017м	рассольник ленинградский	250,0	2,01	5,08	11,97	85,80	107,25
291/2017м	плов из птицы	60/180	20,27	11,83	40,90	363,19	5,40
702/2010м	хлеб ржаной	50	2,37	0,56	21,75	109,5	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
639/2017м	компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,3
	<b>Итого</b>	<b>890,0</b>	<b>29,90</b>	<b>18,77</b>	<b>134,62</b>	<b>815,49</b>	<b>117,03</b>

Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	14,9-134,05	816-952
-------------------------------------	-----	---------	---------	-------------	---------

Согласовано:

директор \_\_\_\_\_



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

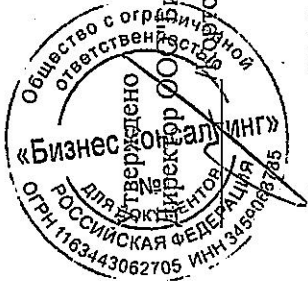
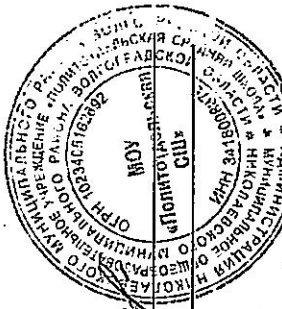
Вариант 2

Обед

101/2004л	Овощи консервированные (зеленый горошек)	100	2,25	0,30	13,20	64,20	1,05
88/2017л	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	2,3	6,3	10,3	109	1,50
295/332/2017М	Биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100	10,18	11,33	7,07	147,85	1,5
332/2017л	соус сметанный с луком и томатом	20					
203/2017л	макаронны отварные с маслом	180,0	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
702/2010л	хлеб ржаной	50	2,37	0,56	21,75	109,5	0,00
701/2010л	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
342/2011л	компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7	0,9
	<b>Итого</b>	<b>950,0</b>	<b>27,2</b>	<b>26,9</b>	<b>139,6</b>	<b>896,3</b>	<b>5,0</b>
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	14,9-134,05	816-952	

Согласовано:

директор



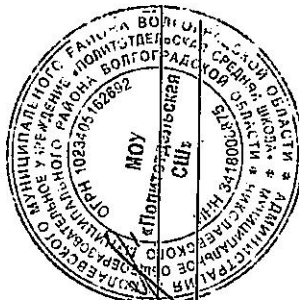
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ реч. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г		ценность		Витамины (мг)
		12-18 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

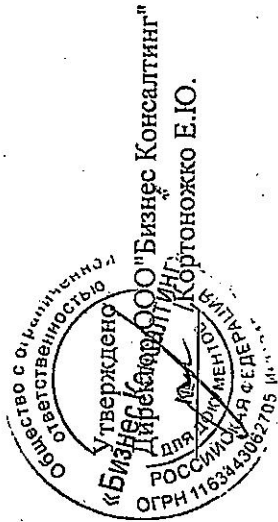
Вариант 3

Обед

70/71/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	100	1,1	0,2	3,6	22	14,58
135\2004л	суп овощной со сметаной	250/10	2,6	6,9	12,8	125,3	10,3
279\331/2017м	тефтели говяжьи с рисом соусом	100	8,29	9,21	10,48	157,77	0,45
331/2017	соус	20,0					
198/2017м	горох отварной	180,0	16,35	8,21	42,02	306,00	0,00
702\2010м	хлеб ржаной	50	2,37	0,56	21,75	109,5	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
360/202	кисель из повидла	200,0	0,08	0,04	23,03	111,60	1,80
	Итого	950	33,89	26,06	134,99	938,52	27,13
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	



Согласовано:  
директор



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			ценность	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

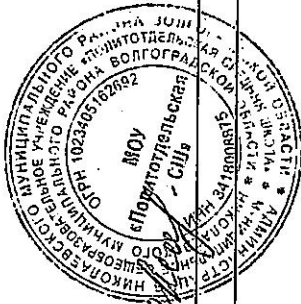
Вариант 4

Обед

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6	8,26	92,8	6,65
112/2017м	суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,75	2,75	20,12	117,5	0,95
289/2017м	рагу с курицей	240,0	9,18	15,21	16,13	333,80	14,04
702/2010м	хлеб ржаной	50	2,37	0,56	21,75	109,5	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
639/2017м	компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,3
	Итого	880,0	19,38	25,48	119,02	884,00	21,94

Норма обеда по СанПин 30% ± 35% ± 5%

800	27-31,5	27-32,2	14,9-134,05	816-952
-----	---------	---------	-------------	---------



Согласовано:  
директор \_\_\_\_\_



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Вариант 5

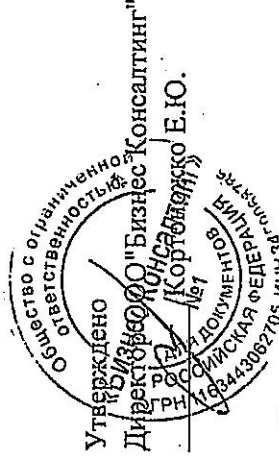
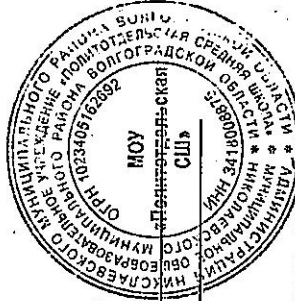
Обед

70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	100	0,8	0,08	1,36	10	3,5
82/2017м	борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,4	7,8	13,1	131,5	0,87
255/2017м	печень по строгоновски	100	13,26	11,23	3,52	185,00	7,64
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180,0	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
702/2010м	хлеб ржаной	50	2,37	0,56	21,75	109,5	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
342/2011м	компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7	0,9
	Итого	930,0	28,86	28,06	126,98	901,70	12,91
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	

Согласовано:

директор

*Александр*



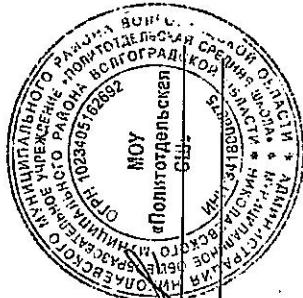
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы (2-18 лет)

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

Вариант 6

Обед

70/71/2017м	Овощи консервированные (зеленый горошек)	100	0,08	0,1	1,9	12	4,083
88/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	2,3	6,3	10,3	109	1,50
246/2017м	гуляши из отварной говядины	100	13,36	14,08	3,27	164,00	1,20
702/2010м	хлеб ржаной	50	2,37	0,56	21,75	109,5	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
310/2017м	картофель отварной	180	3,6	0,72	28,44	134,65	26,1
360/202	кисель из повидла	200,0	0,08	0,04	23,03	111,60	1,80
	Итого	930,0	24,87	22,76	110,05	747,15	34,68
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	



Согласовано:  
директор

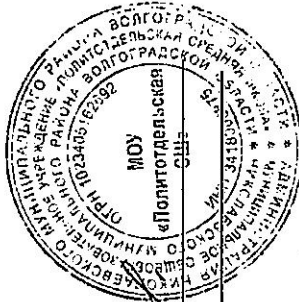


10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

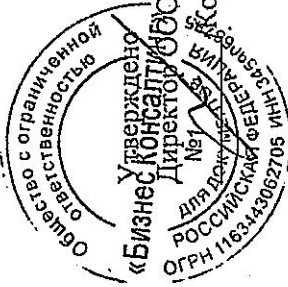
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Вариант 7

Обед							
101/2004л	консервы закусокный (зеленый горошек)	100	2,25	0,30	13,20	64,20	1,05
139/2004л	суп картофельный с бобовыми (горох)	250	6,2	5,6	22,3	167	5,85
234/331/2017м	котлета рыбная с соусом	100	10,32	8,40	14,41	174,00	0,34
331/2017	соус	20,0					
171/2017м	каша ячневая рассыпчатый	180	5,80	9,74	41,13	275,00	0,00
702/2010м	хлеб ржаной	40	1,89	0,44	17,4	87,6	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
639/2017м	компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,3
	Итого	920	29,37	25,20	155,86	971,60	7,54
	Норма обела по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	



Согласовано:  
директор \_\_\_\_\_



«Бизнес Консалтинг»  
Директор \_\_\_\_\_  
ОГРН 163443302705

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Вариант 8

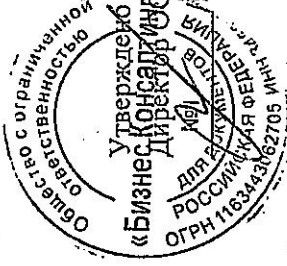
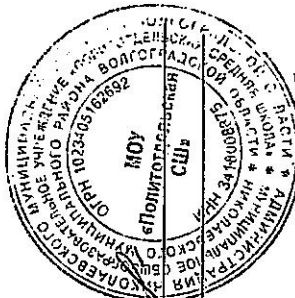
Обед

707/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	100	1,1	0,2	3,6	22	14,58
112/2017м	суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,75	2,75	20,12	117,5	0,95
258/2017м	мясо-духовое с овощами	250	21,75	23,62	18,62	373,75	14,57
702/2010м	хлеб ржаной	50	2,37	0,56	21,75	109,5	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
342/2011м	компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7	0,9
	Итого	890	31,15	28,29	112,95	841,85	31,00
	Норма обеда по СанПин 30%-35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	





Согласовано:  
директор



«Бизнес Консалтинг»  
Директор: Жортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Вариант 10

Обед

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6	8,26	92,8	6,65
135\2004л	суп овощной со сметаной	250/10	2,6	6,9	12,8	125,3	10,3
291/2017м	плов из птицы	60/180	20,27	11,83	40,90	363,19	5,40
702\2010м	хлеб ржаной	50	2,37	0,56	21,75	109,5	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
639/2017м	компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,3
	Итого	890	30,34	26,23	136,42	921,14	22,65
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	14,9-134,05	816-952	
	Всего за 10 дней	9090,0	278,54	255,29	1 302,15	8 781,14	387,09
	Средний суточный рацион	909	27,85	25,53	130,22	878,11	38,71

Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%

27-31,5 27-32,2 14,9-134,05 816-952