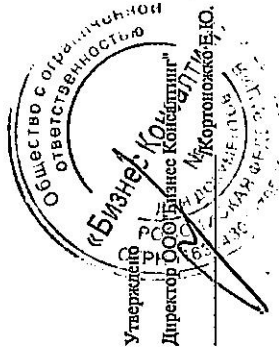


Согласовано: *[Signature]*  
 Директор

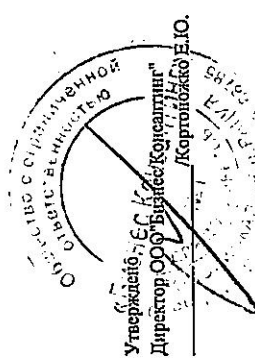


Утверждено: *[Signature]*  
 Директор ООО «Бизнес-Консалтинг»  
 М. Коргоножко В.Ю.

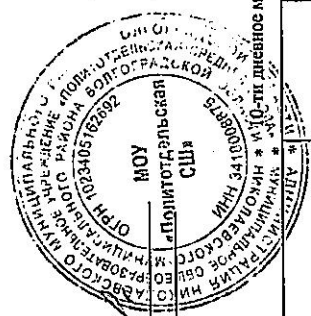
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Выпечка (кг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	12-18 лет	7-11 лет	7-11 лет	12-18 лет
Вариант 1														
707/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; солений)	11	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083
96/2017м	рассольник ленинградский	14	200	250	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	107,25
291/2017м	швед из пшеницы	47	50/50	60/80	16,89	20,27	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5,40
702/2017м	хлеб пшеничный	5,01	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2017м	хлеб пшеничный	3	40	50	3,08	3,85	0,96	1,20	21,36	26,70	106,40	133,00	0,00	0,00
639/2017м	компот из сухофруктов	8	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,3
	Итого	88,01	750,0	890,0	25,03	29,90	15,51	18,77	119,32	134,62	728,36	815,49	13,95	117,03
			700	800										

Норма обеда по СанПиН 30%- 35% ± 5%	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	14,9-134,05	705-822,5	816-952
-------------------------------------	------------	---------	------------	---------	--------------	-------------	-----------	---------



Утверждено: Е.С.К.  
 Директор ООО "Витамин Консалтинг"  
 Акортыцкая Е.Ю.

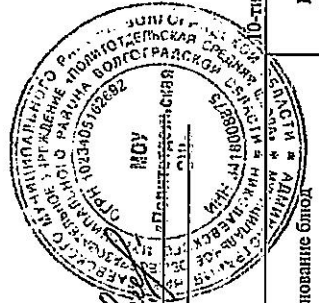
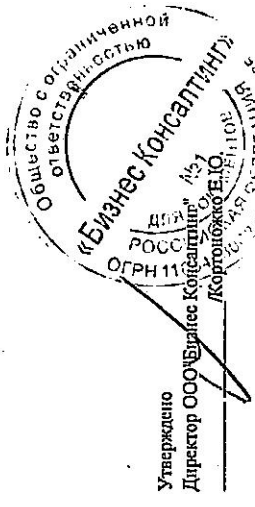


Согласовано: Е.С.К.  
 Директор

для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ п/п	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда 7-11 лет	вес блока 12-18 лет	Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал	Витамин (мг) с	Витамин (мг) с	
					Б		Ж		У					
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет				
1	2													
Вариант 2														
101/2004л	Овощи консервированные (зеленый горошек)	11	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,52	64,20	0,63	1,05
88/2017л	Щи из свежей капусты с картошкой со сметаной	15	200/10	250/10	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	87,2	109	1,20	1,50
295/332/2017л	Блюшки, колбасы курные с соусом сметанным с луком	28	100	100	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5	1,5
332/2017л	Соус сметанный с луком, помидор	3	20	20										
203/2017л	Макаронны отварные с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00
702/2010л	Хлеб ржачный	5,01	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2010л	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
342/2011л	Компот из свежих плодов	8	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9	0,9
Итого		88,01	830,0	950,0	24,7	24,9	24,3	26,9	125,8	139,6	807,7	896,3	4,2	5,0
Норма обмена по СанПиН 30%-35% ±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		

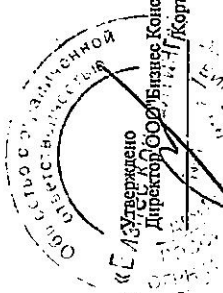
Завтрак



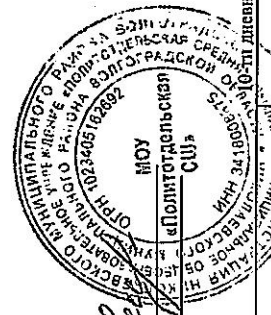
10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/g		Энергет. ценность		Витамины (мг)					
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	с	с				
1	2													
Завтрак														
707712017м	овощи свежие (помидор свежий; соевый)	11	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58
135\2009л	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
279\331\2017м	маффины говяжьи с рисом соусом	30	90	100	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	горох отварной	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
702\2010м	хлеб ржаной	5,01	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
360\202	кисель из повидла	8	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	88,01	820	950	29,36	32,79	22,34	26,06	123,00	134,99	837,94	938,52	19,26	27,13
	Норма обела по СанПин 30% ± 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 3



Согласовано:  
 Директор  
 «АЗУ» Унитарное предприятие  
 «Бизнес Консалтинг»  
 г. Алматы, ул. Жаркентская, д. 117  
 Коргоножко В.Ю.



Согласовано:  
 Директор  
 «АЗУ» Унитарное предприятие  
 «Бизнес Консалтинг»  
 г. Алматы, ул. Жаркентская, д. 117  
 Коргоножко В.Ю.

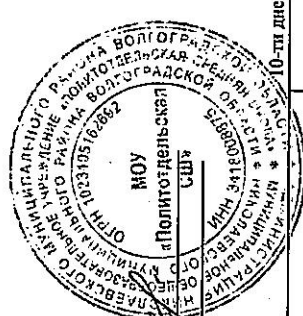
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Вытamina (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Ж	У	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	2															

Завтрак

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Вытamina (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Ж	У	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
52/2017г	салата отварная с растительным маслом	11	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	92,8	3,99	6,65	
112/2017г	суп картофельный с макаронными изделиями	15	200	250	2,2	2,75	2,2	2,75	16,1	20,12	117,5	0,76	0,95	
289/2017г	рагу с курятиной	46	200	240	7,35	9,18	12,17	15,21	13,44	16,13	237,71	11,70	14,04	
702/2010г	хлеб ржаной	5,01	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	0,00	0,00	
701/2010г	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	0,00	0,00	
639/2017г	компот из сухофруктов	8	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	0,3	0,3	
	Итого	88,01	750,0	880,0	16,44	19,38	19,49	25,48	109,01	119,02	727,29	16,75	21,94	

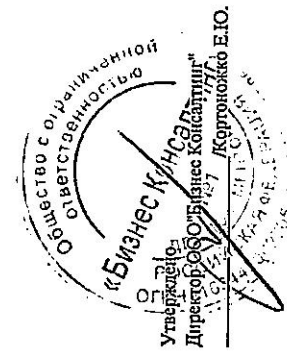
Норма обела по СанПит 30%- 35% ± 5%

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
-----	-----	------------	---------	------------	---------	--------------	--------------	-----------	---------



Согласовано: *[Signature]*  
 Директор

МОУ  
 «Политотдельская СШ»

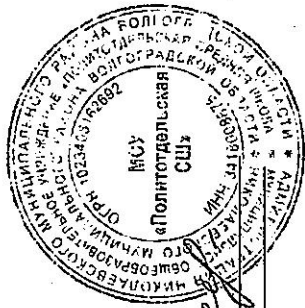


Утверждено: *[Signature]*  
 Директор ООО «Бизнес Кухня»  
 КОМПЕТЕНТНО Е.Ю.

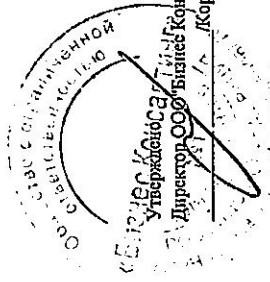
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рсч. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/g				Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	2													
Вариант 5														
7071/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	11	60	100	0,48	0,8	0,06	0,08	1,02	1,36	6	10	2,1	3,5
82/2017м	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
255/2017м	лепешь по строгановски	29	100	100	13,26	13,26	11,23	11,23	3,52	3,52	185,00	185,00	7,64	7,64
203/2017м	макаронь отварные с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	36,37	205,50	246,60	0,00	0,00
701/2010м	хлеб ржесный	5,01	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
342/2011м	компот из свежих плодов	8	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9	0,9
	Итого	88,01	810,0	930,0	26,94	28,86	25,24	28,06	117,61	126,98	830,30	901,70	11,34	12,91
	Норма обеды по СанПиН 30%-35% ± 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		

Завтрак



Согласовано:  
Директор

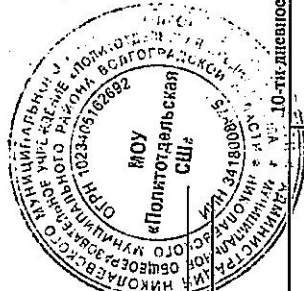


Утверждено:  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
Корголюкко Е.Ю.

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

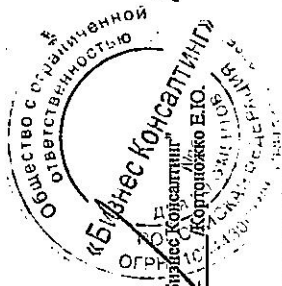
№ рсч. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность ккал		Витамин (мг)			
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	2															
Вариант 6																
7071/2017м	Овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	11	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083		
881/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	15	200/10	250/10	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	87,2	109	1,20	1,50		
246/2017м	Кулечи из отварной говядины	35	100	100	13,36	14,08	14,08	14,08	3,27	3,27	164,00	164,00	1,20	1,20		
702/2010м	хлеб ржаной	5,01	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		
310/2017м	картофель отварной	11	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,65	21,75	26,1		
360/202	кисель из повидла	8	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	88,01	810,0	930,0	24,21	25,59	21,34	22,76	102,49	110,05	698,10	747,15	28,40	34,68		
	Норма обмена по СанПиН 30%-35% ±5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	14,9-134,05	705-822,5	816-952				

Завтрак



Согласовано:  
Директор

*[Signature]*

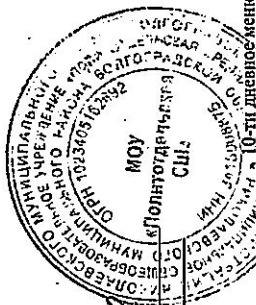
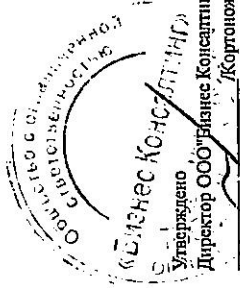


Утверждено  
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
Колпаковский Е.Ю.

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

№ рощ. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)				
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с	с			
															7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет
1	2.																
<b>Завтрак</b>																	
101/2004п	Овощи консервированные (зеленый горошек)	11	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,52	64,20	0,63	1,05			
139/2004л	сух карнофельный с бобовыми (горох)	13	200	250	4,96	6,2	4,48	5,6	17,84	22,3	133,6	167	4,66	5,85			
234/331/2017м	котлета рыбная с соусом	28	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													
171/2017м	каша ячменная рассыпчатый	15	150	180	4,64	5,80	7,79	9,74	32,91	41,13	220,00	275,00	0,00	0,00			
702/2010м	хлеб ржаной	5,01	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			
639/2017м	колбас из сухобуржиков	8	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,3			
	Итого	88,01	800	920	26,07	29,37	22,01	25,20	137,90	155,86	857,52	971,60	5,93	7,54			
	Норма обеды по СанПин 30%- 35% ± 9%		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	816-932					

Вариант 7



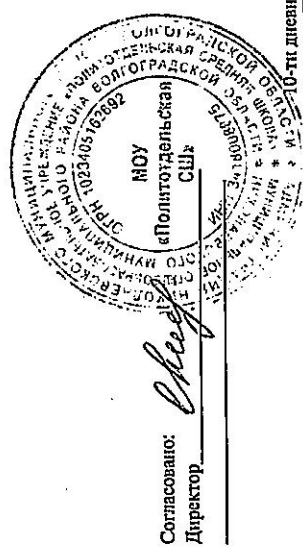
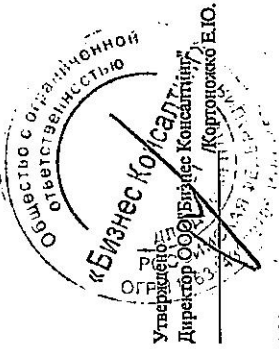
Согласовано: *Sheep*  
 Директор

Утверждено: *Sheep*  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг" /Коронозко Е.О.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/g			Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)				
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет			
1	2													
Завтрак														
70712017м	овощи свежие (томидор свежий; соевый)	11	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58
1122017м	суп картофельный с макаронными изделиями	15	200	250	2,2	2,75	2,2	2,75	16,1	20,12	94	117,5	0,76	0,95
2582017м	мясо духовое с овощами	46	200	250	17,40	21,75	18,90	23,62	14,90	18,62	299,00	373,75	11,66	14,57
7012010м	хлеб ржаной	5,01	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
3422011м	компот из свежих плодов	8	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9	0,9
	Итого	88,01	750	890	25,81	31,15	22,94	28,29	103,77	112,95	734,80	841,85	22,07	31,00
	Норма обмена по СанПин 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2100,5-117,25114,9-134,05			705-822,5	816-952		

Вариант 8



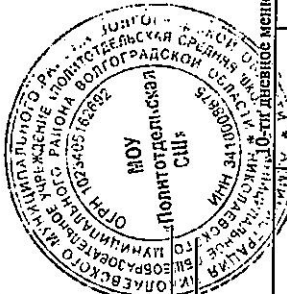


Согласовано:  
Директор

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

№ рощ. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества						Энергет. ценность		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	2															
Завтрак																
101/2004л	шара кабачковая консервированная	11	60	60	0,976	0,98	0,96	0,96	6,16	6,16	62,4	62,4	0	0	0	0
96/2017л	рассольник ленинградский	14	200,0	250,0	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	6,70	107,25	107,25
290/2017л	пшеница пшеничная в сметанном соусе	30	100	100	12,12	12,12	11,52	11,52	12,93	12,93	164	164	1,37	1,37	1,37	1,37
171/2017л	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	0,00	0,00
702/2010л	хлеб ржаной	5,01	40	40	1,89	1,89	0,44	0,44	17,4	17,4	87,6	87,6	0,00	0,00	0,00	0,00
701/2010л	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	0,00	0,00
360/202	кисель из повидла	8	200,0	200,0	0,08	0,08	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,80	1,80	1,80	1,80
	Итого	88,01	780,0	860,0	27,53	21,63	25,04	27,51	121,95	131,71	818,07	863,44	6,70	6,70	107,25	107,25
	Норма обеда по СанПиН 30%- 35% ± 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				

Утверждено  
 Директор ООО «Видеос Консалтинг»  
 Коргоффако Е.Ю.



Согласовано:  
 Директор: *[Signature]*

Наименование блюда: 2

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/g				Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
Завтрак														
52/2017м	салат отварная с растительным маслом	11	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65
135/2004п	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
291/2017м	плов из птицы	47	50/150	60/180	16,89	20,27	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5,40
702/2010м	хлеб ржаной	5,01	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
639/2017м	компот из сухофруктов	8	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,3
	Итого	88,01	760	890	25,86	30,34	20,50	26,23	123,80	136,42	798,48	921,14	17,09	22,65
	Норма обседа по СанПин. 30% - 35% ± 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		
	Всего за 10 дней		7860,0	9090,0	246,90	273,90	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 рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

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

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

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Делта принт, 2008. - 276с. Скуркин И.М., Тугельян В.А.

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