



Согласовано: _____
 директор _____
 09.01.2024 г.



Утверждено _____
 директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Кортоножко Е.Ю.
 09.01.2024 г.

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 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет		
1	2						12-18 лет

Вариант 1

Завтрак

70/71/2017м	овоци 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
	Итого	890,0	29,90	18,77	134,62	815,49	117,03

Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%

800 27-31,5 27-32,2 114,9-134,05 816-952

Согласовано:
директор _____



09.01.2024 г.



«Бизнес Консалтинг»
Утверждено/содержит
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.
09.01.2024 г.

№ 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

Завтрак

101/2004л	Овощи консервированные (зеленый горошек)	100	2,25	0,30	13,20	64,20	1,05
88\2017м	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
332/2017м	соус сметанный с луком и томатом	20					
203/2017м	макаронные 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	950,0	27,2	26,9	159,6	896,3	5,0
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	



Согласовано: _____
 директор _____
 09.01.2024 г.



«Бизнес Консалтинг»
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Корыножко Е.Ю.
 09.01.2024 г.

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

Вариант 3

Завтрак

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 _____
 09.01.2024 г.

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

Вариант 4

Завтрак

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	114,9-134,05	816-952
-------------------------------------	-----	---------	---------	--------------	---------

Согласовано:

директор



09.01.2024 г.



Утверждено

директор

«Бизнес Консалтинг»
 ООО
 директор Е.Ю. Кортоножко

09.01.2024 г.

№ 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 5

Завтрак

70/71/2017м	овоцы 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 строгановски	100	13,26	11,23	3,52	185,00	7,64
203/2017м	макароны 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 _____
 09.01.2024 г.

«Бизнес Консалтинг»
 Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Жортоножко Е.Ю.
 09.01.2024 г.

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

Вариант 6

Завтрак

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	гуляш 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: Брынд
 директор _____
 09.01.2024 г.



Утверждено №4
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Коронюшко Е.Ю.
 09.01.2024 г.

№ 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

Завтрак

101/2004л	консервы закусочный (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 обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	



Согласовано: Бруф
 директор О.В. Бруф
 09.01.2024 г.



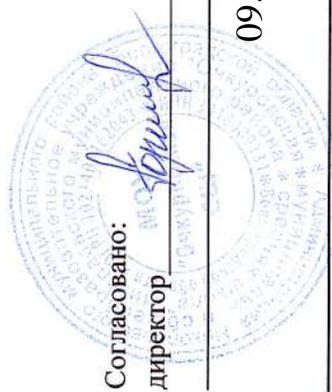
«Бизнес Консалтинг»
 ООО
 Директор Кортоножко Е.Ю.
 09.01.2024 г.

№ 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 8

Завтрак

70/71/2017м	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 _____
 09.01.2024 г.



Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

 09.01.2024 г.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	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

Вариан 9

Завтрак

101/2004л	икра кабачковая консервированная	60	0,976	0,96	6,16	62,4	0
96/2017м	рассольник ленинградский	250,0	2,01	5,08	11,97	85,80	107,25
290/2017м	птица тушеная в сметанном соусе	100	12,12	11,52	12,93	164	1,37
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	4,25	8,75	44,2	272,24	0,00
702/2010м	хлеб ржяной	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
360/202	кисель из повидла	200,0	0,08	0,04	23,03	111,60	1,80
	Итого	860,0	23,64	27,51	131,71	863,44	107,25
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	



Согласовано: _____
 директор _____
 09.01.2024 г.



Утверждено: _____
 директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Александр Кортоножко Е.Ю.
 09.01.2024 г.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	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 10

Завтрак

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	114,9-134,05	816-952	
	Всего за 10 дней	9090,0	278,54	255,29	1302,15	8781,14	387,09
	Средний суточный рацион	909	27,85	25,53	130,22	878,11	38,71

Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952
-------------------------------------	-----	---------	---------	--------------	---------