





Согласовано:  
директор

*Ирина Александровна Мухоморова*  
*Ирина Александровна Мухоморова*



Утверждено  
Директор ООО «Бизкос»  
Кортоцкая Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб					
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2						

**Вариант 1**

Сборник рецептов под редакцией М.И. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г.-544с. Сборник

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Ланшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.: Де.Ли

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	26,00	250	8,88	14,57	50,24	369,32	1,46
396/2017м	блинчики с молоком сгущенным	20,00	70	5,08	3,78	28,29	115,62	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,16	0,44	19,32	93,52	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	16	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
376/2017м	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	82,25	660	17,59	19,21	122,65	685,46	11,79

Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% + 5%

550

18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
---------	-------	------------	---------





Согласовано  
директор

*Иванов Александр Владимирович*



Утверждено  
Директор

*Кортоножко Е.В.*

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб						
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2							

**Вариант 2**

Сборник рецептов под редакцией М.И. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544с; Сборник

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах . Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и калорийности российских продуктов питания; Справочник.-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурutti И.М., Тутельман В.А

47/20017м	капуста квашеная	16	100	1,71	5,01	8,46	85,7	4,9
246/2017м	гуляш из отварного мяса птицы	34	100	20,60	3,20	3,30	124,70	0,00
203/2017м	макарона отварные с маслом	15	180	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,16	0,44	19,32	93,52	0,00
378/2017м	чай с молоком	12	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
	<b>Итого</b>	<b>82,25</b>	<b>620</b>	<b>33,86</b>	<b>17,28</b>	<b>85,35</b>	<b>631,52</b>	<b>6,23</b>
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	





Согласовано:  
 директор *Ирина Александровна Мещерякова*  
*10.08.2018*



Утверждено  
 директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
*Кондратьев Е.Ю.*  
 10.08.2018

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб						
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

**Вариант 3**

Сборник рецептов под редакцией МН Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544с; Сборник

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах . Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

101/2004л	икра кабачковая консервированная	16	100	1,626	1,6	10,262	104	0
51/2010м	котлеты мясокрупные с соусом	34	100	13,40	10,90	6,50	139,57	0,42
171/2017м	каша рассыпчатая гречневая	15	180	9,95	10,74	44,84	315	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,16	0,44	19,32	93,52	0,00
382/2017м	какао с молоком	12	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	82,25	620,0	32,2	27,2	98,5	770,7	7,9
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% + 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	





Согласовано:  
директор

*Иванов Александрович*  
*Иванов Александрович*



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
*Иванов Александрович*

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

№ рсц. по сбор.	Наименование блюд	цена руб						
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	
1	2							

**Вариант 4**

Сборник рецептов под редакцией М.И. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Де.Ли

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	17	100	1,4	6,01	8,26	92,8	6,65
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	35	100	11,89	6,31	3,80	123,00	4,10
310/2017м	картофель отварной	17	180	3,6	0,72	28,44	134,64	26,1
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	3,95	0,55	24,15	116,90	0,00
376/2017м	чай с сахаром	8	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	<b>Итого</b>	<b>82,25</b>	<b>630</b>	<b>20,91</b>	<b>13,61</b>	<b>79,65</b>	<b>527,34</b>	<b>37,15</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%– 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	







Согласовано:  
директор

*Ирина Александровна Сидорова*



Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Ирина Александровна Сидорова

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

№ реп. по сбор.	Наименование блюд	цена руб						
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2							

Вариант 5

Сборник рецептов под редакцией М.И. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г. 544с; Сборник

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Г. Ланшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛин

Принт, 2008.-276с. Скурутни И.М., Тутельман В.А

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	15	100	2,25	0,30	13,20	64,20	1,05
291/2017м	плов из птицы	51	230	19,42	11,34	34,09	348,06	5,17
349/2017м	компот из сухофруктов	11	200	0,66	0,09	32,03	132,8	0,3
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	3,95	0,55	24,15	116,90	0,00
	Итого	82,25	580	26,28	12,28	103,47	661,96	6,52
	Норма завтрака по СанПиН 20%± 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	





Согласовано:  
 директор *Александр Николаевич*  
*Сидоркин*



Утверждено  
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 № Контракта 40/Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб						
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	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

\*Сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скуртун И.М., Тутельман В.А

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	33,00	250	6,93	12,82	48,13	330,68	1,46
209/2017м	яйцо вареное	20	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,16	0,44	19,32	93,52	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	16	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
376/2017м	чай с сахаром	8	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	82,25	630	15,64	18,28	92,53	594,2	11,76
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	





Составлено  
директор *И.Ю. Кортоножко*



Утверждено  
Директор ИИИ Консалтинг  
Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб						
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2							

**Вариант 7**

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Де.Ли

Принт, 2008.-276с. Скуртув И.М., Тутельман В.А

47/20017м	капуста квашеная	16	100	1,71	5,01	8,46	85,7	4,9
290/3302017м	птица тушеная в сметанном соусе	38	100	11,78	10,12	2,93	150	1,5
203/2017м	макароны отварные с маслом	12	180	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	11	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,16	0,44	19,32	93,52	0,00
	Итого	82,25	620	23,65	22,87	84,28	637,82	6,7
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано  
директор

*Ирина Александровна Сидорова*  
*№ 10-18*



Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
«БИЗНЕС КОНСАЛТИНГ» Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб						
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2							

**Вариант 8**

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	17	100	1,4	6,01	8,26	92,8	6,65
282/332/2017м	котлеты печеночные с соусом сметанным с луком	33,00	100/20	15,56	10,33	17,66	226,33	7,64
310/2017м	картофель отварной	17	180	3,6	0,72	28,44	134,64	26,1
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,16	0,44	19,32	93,52	0,00
376/2017м	чай каркаде	10	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	82,25	640	23,79	17,52	88,68	607,29	40,69
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	







Согласовано:  
директор

*Ирина Александровна*  
*Сидорова*



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб						
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	
1	2							

**Вариан 9**

Сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А

182/2017	каша гречневая жидкая молочная с маслом и сахаром	33	250	10,30	13,84	51,31	380,68	1,86
15/2017	сыр порциями	17	10	2,32	2,95	0,00	36,00	0,07
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,16	0,44	19,32	93,52	0,00
378/2017м	чай с молоком	12	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
	Итого	82,25	600	17,7	19,0	96,3	638,2	7,9
	Норма завтрака по Спид Инт 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:  
директор

*Ирина Александровна Мясоедова*  
*10.07.2018*



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

№ респ. по сбор.	Наименование блюд	цена руб						
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2							

Вариант 10

Сборник рецептур под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах . Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурutti И.М., Тутельман В.А

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	15	100	2,25	0,30	13,20	64,20	1,05
291/2017м	плов из птицы	51	230	19,42	11,34	34,09	348,06	5,17
349/2017м	компот из сухофруктов	11	200	0,66	0,09	32,03	132,8	0,3
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	3,95	0,55	24,15	116,90	0,00
	Итого	82,25	580	26,28	12,28	103,47	661,96	6,52
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
	<b>Всего за 10 дней</b>		5 780,00	221,74	161,90	874,48	5 859,24	136,63
	<b>Средний суточный рацион</b>		578	22,17	16,19	87,45	585,92	13,66

Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%

550

18-22,5

18-23

76,6-95,75

544-680

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинфо

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 5

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

