



Согласовано:
Директор

Серикбаева А.



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Вариант 1

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,82	10,26	35,40	265,22
п.т	кондитерское изделие	30	4,83	4,96	13,11	116,40
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-7гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	560	17,01	17,02	85,86	565,38
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



Согласовано:
Директор

Серикбаева Н



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет
1	2					

Вариант 2

Завтрак

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
246/2017м	гуляш из отварного мяса говядина	100	16,90	16,40	4,00	232,00
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	540	25,56	21,70	64,45	554,06
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



Согласовано:
Директор

С.С. Сергеева *11.05.2017*



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Вариант 3

Завтрак

101/2004л	икра кабачковая консервированная	60	1,63	2,82	8,72	67
ТТК 77-6/2023	котлеты мяскокапустные п/ф высокой степени готовности	100	9,3	6,10	5,90	116,00
171/2017м	каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	6,92	6,3	35	224,38
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
382/2017м	какао с молоком	200	4,07	2,5	17,56	109
	Итого	540,0	24,3	18,0	82,2	586,5
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Согласовано:

Директор

С. Серикова



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

Е.Ю. Кортоножко

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Вариант 4

Завтрак

47/20017м	капуста квашеная	60	1,02	3,00	5,07	51,4
ГТК 77-1/2022	котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	12,96	5,18	8,69	133,16
54-3сс/2022н						
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	3,78	7,78	39,29	242,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	560	20,32	16,26	78,4	539,04
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Согласовано:
Директор

С.С. Серикбаева

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Вариант 5

Завтрак

77-9/2022м	пельмени со сметаной	200	16,80	21,60	33,00	393,60
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	530,0	19,9	22,3	68,4	554,3
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Согласовано:
Директор

С.С. Сергеева

Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Вариант 6

Завтрак

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	6,11	9,58	33,88	246,18
209/2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-7гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	570	15,55	15,98	71,51	492,94
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Согласовано:
Директор

С. Серикбаева



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Е.Ю. Кортоножко
Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Вариант 7

Завтрак

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
246/2017м	гуляш из отварного мяса говядина	100	16,90	16,40	4,00	232,00
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
	Итого	540	25,56	21,7	64,45	554,06
	Норма завтрака по СанПин. 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Согласовано:
Директор



С.С. Салимжанов



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Вариант 8

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68
ТТК 77-4/2022н 332/2017м	котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с соусом	100/20	12,01	10,37	13,34	194,73
127/2017м	картофель отварной в молоке	150	4,5	5,6	26,6	173,7
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
54-45гн/2022н	чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08
	Итого	560	19,91	19,95	67,05	524,33
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Согласовано:
Директор



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Вариан 9

Завтрак

188/2017м	запеканка рисовая с творогом с молоком сгущенным	170	11,77	6,33	49,86	303,49
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
382/2017м	какао с молоком	200	4,07	2,5	17,56	109
	Итого	500	18,6	9,5	92,2	529,6
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Согласовано:
Директор

С. Селиванова

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	ккал 7-11 лет

Вариант 10

Завтрак

131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,70	0,10	3,50	22,10
291/2017м	плов из птицы	200	16,89	13,08	27,34	294,64
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2017м	хлеб пшеничный	40	3,15	0,40	19,33	93,52
	Итого	500	22,24	13,58	69,97	491,26
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5