



Согласовано:

директор

Ирина Юрьевна

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

*МБОУ Домошнинская СШ*  
*М.В. Зюмина*



Утверждено

Директор

Е.Ю. Кортоножко

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание  
для учащихся с 5 по 11 класс (12-18 лет) ОВЗ группы ( завтрак+полдник),  
для муниципальных общеобразовательных школ**

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с

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

Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПиН 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано:

директор

Бизнес

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

СШ

*М.В. Брошма*

*М.В. Брошма*



Общество с ограниченной ответственностью

«Бизнес Консалтинг»

Директор

Кортоножко Е.Ю.

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

1887

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
День I /неделя I: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
«Геркулес»	200	9,00	11,18	24,10	233,65	182/2017м	30
Блинчики со сгущенным молоком	70	3,91	3,68	21,95	136,56	399/2017м	22
хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,36
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017м	20
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	12
<b>Итого за _Завтрак</b>	<b>600</b>	<b>15,78</b>	<b>16,06</b>	<b>79,25</b>	<b>527,09</b>		<b>87,36</b>
<b>Полдник</b>							
Макароны отварные с сыром	180	9,50	8,15	34,32	250,30	54-3г/2022н	20,64
Сок Фруктовый	180	0,9	0	22,15	92,2	289/2017м	12
<b>Итого за Полдник</b>	<b>360</b>	<b>10,40</b>	<b>8,15</b>	<b>56,47</b>	<b>342,50</b>		<b>32,64</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>960,00</b>	<b>26,18</b>	<b>24,21</b>	<b>135,72</b>	<b>869,59</b>		<b>120</b>





Согласовано:

директор *И.В. Тюшина*



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Жортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Консервы закусочные ( икра кабачковая)	100	2,71	4,7	14,43	111,66	101/2004л	20
Котлеты домашние из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	12,72	12,88	6,48	193,16	3/2022 54-3сс/2022н	39
Макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,36	236,16	203/2017м	15
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,36
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54/2гн/2022н	10
<b>Итого за завтрак</b>	<b>630</b>	<b>24,42</b>	<b>24,18</b>	<b>86,67</b>	<b>663,10</b>		<b>87,36</b>
<b>Полдник</b>							
Каша молочная жидкая пшенная, с сахаром и маслом	150	4,22	4,99	12,90	203,60	182/2017м	22
Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,60	54-3гн/2022н	8
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	701/2010м	2,64
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>6,02</b>	<b>5,19</b>	<b>30,49</b>	<b>282,96</b>		<b>32,64</b>
<b>Всего за Вторник</b>	<b>980</b>	<b>30,44</b>	<b>29,37</b>	<b>117,16</b>	<b>946,06</b>		<b>120</b>

Согласовано:

директор ООО "Специализированная СМ" *М.В. Громова*



Директор ООО "Бизнес Консалтинг" Картоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3/неделя 1: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с макаронными изделиями	300	8,24	6,80	26,78	201,32	54-19к/2022н	33
Масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	14/2017м	15
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017м	20
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,36
Какао с молоком	200	4,07	2,50	17,56	109,00	382/2017м	16
<b>Итого за завтрак</b>	<b>640</b>	<b>15,82</b>	<b>17,67</b>	<b>70,49</b>	<b>503,12</b>		<b>87,36</b>
<b>Полдник</b>							
Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	25,64
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>9,18</b>	<b>9,20</b>	<b>46,14</b>	<b>280,10</b>		<b>32,64</b>
<b>Всего за Среду</b>	<b>990,00</b>	<b>25,00</b>	<b>26,87</b>	<b>116,63</b>	<b>783,22</b>		<b>120</b>



Согласовано:

директор МБОУ «Средняя школа №11  
г. В. Б. Вышний



Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 1: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Овощи по сезону нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	70/2017м	20
Котлеты рыбные из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	12,30	4,70	6,90	119,00	ТТК 77-1/54-3сс/2022н	36
Каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	5,64	5,76	43,8	249,6	171/2017м	18
Хлеб пшеничный	40	3,08	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,36
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54/2гн/2022н	10
<b>Итого за завтрак</b>	<b>540</b>	<b>22,02</b>	<b>11,56</b>	<b>84,14</b>	<b>535,32</b>		<b>87,36</b>
<b>Полдник</b>							
Макароны отварные с сахаром	150	5,00	3,80	49,10	250,06	ТТК 77-13/2022	22,64
Чай каркаде	180	0,14	0,07	6,50	27,19	54-45гн/2022н	10
<b>Итого за Полдник</b>	<b>330</b>	<b>5,14</b>	<b>3,87</b>	<b>55,60</b>	<b>277,25</b>		<b>32,64</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>870,00</b>	<b>27,16</b>	<b>15,43</b>	<b>139,74</b>	<b>812,57</b>		<b>120</b>

Согласовано:

директор

*М.В. Юнина*

*М.В. Юнина*

Утверждено

директор ООО «Бизнес Консалтинг»

*М.В. Юнина*

«Кортоножко Е.Ю.»

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017м	20
Тефтели "Оригинальные" из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	10,66	13,78	4,08	183,16	ТТК 77-5/ 54-3сс/2022н	37
Макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,36	236,16	203/2017м	15
Хлеб пшеничный	20	1,54	0,48	10,68	53,20	701/2010м	3,36
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
<b>Итого за завтрак</b>	<b>580</b>	<b>20,00</b>	<b>23,14</b>	<b>69,77</b>	<b>567,46</b>		<b>87,36</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>598</b>	<b>19,61</b>	<b>18,52</b>	<b>78,06</b>	<b>559,22</b>		
<b>Полдник</b>							
Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017м	25,64
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>5,26</b>	<b>10,90</b>	<b>77,59</b>	<b>429,52</b>		<b>32,64</b>
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>930</b>	<b>25,26</b>	<b>34,04</b>	<b>147,36</b>	<b>996,98</b>		<b>120</b>
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>348,00</b>	<b>7,20</b>	<b>7,46</b>	<b>53,26</b>	<b>322,47</b>		



Согласовано:

директор *ООО "Бизнес Консалтинг"*  
*И. В. Воронина*

*И. В. Воронина*

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

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 1/неделя 2: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная жидкая манная с маслом и сахаром	200	5,55	9,74	38,5	264,55	181/2017м	30
Сыр порция	10	2,63	2,66	0,00	36,00	15/2017м	18
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017м	20
Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,90	9,30	87,50	54-23гн/2022н	16
Хлеб пшеничный	40	3,08	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,36
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>15,46</b>	<b>17,70</b>	<b>79,16</b>	<b>549,45</b>		<b>87,36</b>
<b>Полдник</b>							
Макароны отварные с сыром	180	9,50	8,15	34,32	250,30	54-3г/2022н	20,64
Сок Фруктовый	180	0,9	0	22,15	92,2	289/2017м	12
<b>Итого за Полдник</b>	<b>360</b>	<b>10,40</b>	<b>8,15</b>	<b>56,47</b>	<b>342,50</b>		<b>32,64</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>910</b>	<b>25,86</b>	<b>25,85</b>	<b>135,63</b>	<b>891,95</b>		<b>120</b>



Согласовано:  
директор *И.В. Воронцов*  
*И.В. Воронцов*  
27.05.2022

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

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Свекла отварная с маслом	100	6	1,47	8,27	92,8	52/2017м	20
Голубцы ленивые из п/ф с соусом томатным основным 100/20	120	6,58	9,96	9,68	137,86	ТТК 77-6/54-3сс/2022н	37
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	10,74	5,16	43,2	262,2	171/2017м	15
Хлеб пшеничный	20	0,48	1,54	10,68	53,20	701/2010м	3,36
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	12
<b>Итого за завтрак</b>	<b>620</b>	<b>23,96</b>	<b>18,21</b>	<b>79,01</b>	<b>576,14</b>		<b>87,36</b>
<b>Полдник</b>							
Каша молочная жидкая пшенная, с сахаром и маслом	150	4,22	4,99	12,90	203,60	182/2017м	22
Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,60	54-3гн/2022н	8
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	701/2010м	2,64
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>6,02</b>	<b>5,19</b>	<b>30,49</b>	<b>282,96</b>		<b>32,64</b>
<b>Всего за Вторник</b>	<b>970</b>	<b>29,98</b>	<b>23,40</b>	<b>109,50</b>	<b>859,10</b>		<b>120</b>



Согласовано:

директор

*М.В. Воронина*

*М.В. Воронина*



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Овощи натуральные по сезону (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	70/71/2017м	20
Фрикадельки натуральные из п.ф	100	12,06	13,90	0,90	176,94	ГТК77-7	39
Макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,36	236,16	203/2017м	15
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,36
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54/2гн/2022н	10
<b>Итого за завтрак</b>	<b>610</b>	<b>21,85</b>	<b>20,60</b>	<b>68,36</b>	<b>545,22</b>		<b>87,36</b>

**Полдник**

Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	25,64
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>9,18</b>	<b>9,20</b>	<b>46,14</b>	<b>280,10</b>		<b>32,64</b>
<b>Всего за Среду</b>	<b>960</b>	<b>31,03</b>	<b>29,80</b>	<b>114,50</b>	<b>825,32</b>		<b>120</b>

Согласовано:  
 директор МБОУ Замосинская СШ  
Зеленый А.В.

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

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена в рубли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Овощи натуральные по сезону (помидор)	100	1,17	0,17	3,83	21,33	70/71/2017м	20
Плов из птицы	250	19,42	18,07	39,00	396,37	291/2017м	52
Хлеб пшеничный	40	3,08	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,36
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
<b>Итого за завтрак</b>	<b>590</b>	<b>23,97</b>	<b>19,24</b>	<b>74,77</b>	<b>575,62</b>		<b>87,36</b>

**Полдник**

Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017м	25,64
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>5,26</b>	<b>10,90</b>	<b>77,59</b>	<b>429,52</b>		<b>32,64</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>940</b>	<b>29,23</b>	<b>30,14</b>	<b>152,36</b>	<b>1005,14</b>		<b>120</b>



Согласовано:

директор

*МБОУ Волжская СШ*  
*И. В. Юршина*

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная жидкая пшенная с маслом и сахаром	200	8,30	6,47	37,62	241,90	182/2017м	33
Масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	14/2017м	15
Какао с молоком	200	4,07	2,50	17,56	109,00	382/2017м	16
Хлеб пшеничный	40	1,00	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,36
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0	10,00	47,00	338/2017м	20
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>14,57</b>	<b>17,22</b>	<b>86,67</b>	<b>578,30</b>		<b>87,36</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>584,00</b>	<b>19,96</b>	<b>18,59</b>	<b>77,59</b>	<b>564,95</b>		
<b>Полдник</b>							
Макароны отварные с сахаром	150	5,00	3,80	49,10	250,06	ТТК 77-13 /2022	25,64
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
<b>Итого за Полдник</b>	<b>330</b>	<b>5,18</b>	<b>3,80</b>	<b>58,44</b>	<b>288,16</b>		<b>32,64</b>
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>880</b>	<b>19,75</b>	<b>21,02</b>	<b>145,11</b>	<b>866,46</b>		<b>120</b>
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>348,00</b>	<b>7,21</b>	<b>7,45</b>	<b>53,83</b>	<b>324,65</b>		

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-97,75	544-680
<i>Среднее значение за завтрак</i>		19,79	18,56	77,83	562,08
<i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>		21,98	20,17	20,32	20,66
Норма Полдника по СанПин 10%- 15% ± 5%	350	9-13,5	9,2-13,8	38,3-57,45	272-408
<i>Среднее значение за полдник</i>		7,20	7,46	53,54	323,56
		8,00	8,10	13,98	11,90
<i>Среднее значение за день</i>		26,99	26,01	131,37	885,64
<i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>		29,99	28,28	34,30	32,56
<i>Потребность в пищевых веществах для обучающихся 12-18 лет по проекту СанПиН 2020</i>		90,00	92,00	383,00	2720,00
Распределение ЭЦ				Норма	
				Завтрак	20,66 20-25%
				Полдник	11,90 10-15%

учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г  
 организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "  
 В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.  
 В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.