



Согласовано:

директор

М.Н.О.У. "Найсаяская СШ"
Макарова В. Макарова

07.11.2022



Утверждено

к/тор ООО "Бизнес Кансал,
/Кортоножко Е.Р.

№1

ОБЛАСТНАЯ ДОКУМЕНТО-ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ОГРН 1163413062705 ИНН 3450013085

07.11.2022

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

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

Вариант 1

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

544с. Сборник рецептов 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

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	8,88	14,57	50,24	369,32	1,46
374/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	660	15,58	17,63	118,35	698,34	11,79

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

550

18-22,5

18-23

76,6-95,75

544-680



Согласовано:

директор

М.Ю. Макарова
07.11.2022



Утверждено

директор ООО "Бизнес Камсал,

Кортоножко Е.И.

07.11.2022

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд						
			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 2

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-

544сг; Сборник рецептов 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

70/71/2017м	овощи по сезону (помидор свежий; соленый)	100	0,6	0	3,8	14	4,9
246/2017м	Гуляш из отварного мяса	100	13,36	14,08	3,27	164,00	0,00
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
	Итого	630	24,66	23,43	77,36	585,40	6,23
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано:
 директор МКОУ "Байсацкая СШ"
Макарова В.А. Макарова
МКОУ.Н. 2022
 «Байсацкая СШ»

Утверждено
 директор ООО "Бизнес Кансал,
 Кортоножко Е.И.
 № 07/11 2022
 ДЛЯ ДОКУМЕНТА
 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 ИНН 3457-07895

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд						
		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 рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; 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. Скурутин И.М., Тутельман В.А

101/2004л	икра кабачковая консервированная	100	1,626	1,6	10,262	104	0
51/2010м	Голубцы ленивые с соусом	100	13,40	10,90	6,50	139,57	0,42
171\2017м	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,95	10,74	44,84	315	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	610,0	31,4	27,5	95,2	757,0	7,9
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:

директор

М.Ю. Кайсакая С.М.
Макарова О.Т. Макарова

07.11.2022 г



Утверждено

директор ООО "Бизнес Кансал,
Кортоножко Е.И.

№1 07.11.2022 г

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд							
			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 4

Сборник рецептур 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 колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи

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

47/20017м	капуста квашеная	100	1,71	5,01	8,46	85,7	4,9
234/331/2017м	котлета рыбная с соусом	100/20	10,32	8,40	14,41	174,00	0,34
305/2017м	рис припущенный	180	4,32	10,80	42,84	239,94	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	640	19,5	25,19	102,07	666,04	5,54
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:

директор

МКОУ "Кайсаукае СШ"
Макарова О.А. Макарова

07.11.2022



Утверждено

ООО "Бизнес Кансал"
Кортоножко Е.Н.

07.11.2022

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд							
			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 рецептур 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

колерийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи

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

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	6,93	12,82	48,13	330,68	1,46
209/2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	630	15,56	18,8	94,57	607,08	11,76
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд						
		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 7

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

544с; Сборник рецептов 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	100	1,626	1,6	10,262	104	0
246/2017м	Гуляш из отварного мяса	100	13,36	14,08	3,27	164,00	1,5
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
	Итого	640	25,066	23,94	88,462	683	1,8
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:
директор

Макарова *О.Т. Макарова*

07.11.2022



Утверждено
директор ООО «Бизнес Кансал»
Кортоножко Е.И.

2022

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд						
			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 8

Сборник рецептур 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 колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи

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

282/332/2017м	оладьи из печени с морковью и соусом сметанным с луком	100/20	15,56	10,33	17,66	226,33	7,64
127/2017м	картофель в молоке	180	3,92	6,93	19,2	162	21,75
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6,01	8,26	92,8	6,65
701/2017м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
376/2017м	чай каркаде	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	640	24,03	24,25	81,48	647,53	36,34
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:
 директор *М.В. Макарова*
Макарова Д.В. Макарова
 07.11.2022 г.



Утверждено
 директор ООО "Бизнес Кансал"
Кортоножко Е.Н.
 №1 08/11/2022 г.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд						
			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

Вариан 9

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

544с; Сборник рецептов 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. Скурутин И.М., Тутельман В.А

188/2017м	запеканка рисовая с творогом с молоком сгущенным	200	11,51	8,89	65,88	393,33	0,48
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2017м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
	Итого	540	16,5	11,6	112,9	627,7	7,9
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:

директор

Макарова

ООО "Бизнес Кансал"
Макарова

07.11.2022



Утверждено

директор

Кортоножко

ООО "Бизнес Кансал"

Кортоножко Е.Н.

07.11.2022

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд							
			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 10

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

544с; Сборник рецептов 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	овощи консервированные (зеленый горошек)	100	2,25	0,30	13,20	64,20	1,05
291/2017м	плов из птицы	230	19,42	11,34	34,09	348,06	5,17
349/2017м	компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8	0,3
701/2017м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
	Итого	570	25,41	12,69	100,68	651,46	6,52
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
	Всего за 10 дней	5 770,00	208,17	188,85	861,82	5 959,82	99,55
	Средний суточный рацион	577	20,82	18,89	86,18	595,98	9,96

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

550

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

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:Д

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с.

Скурихин И.М., Тутельян В.А.

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