



Согласовано:
 директор *С.В. Мещеряков*
 ООО "Волгоградская СМЧ"



Утверждено
 Директор ООО "Волгоградская СМЧ"
 Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 1/ день 1

182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	10,31	6,57	44,25	277,37
399/2017м	Блинчики с молоком стущенным 50/20	70	3,91	4,08	24,85	151,76
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52
379/2017м	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,68	15,94	109,56
	Итого	560	20,55	14,73	104,36	635,21

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
--	-----	---------	-------	------------	---------

Обед

71/2017м	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,8	0,1	1,7	10
54-7с/2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,45	7,22	23,12	183,02
291/2017м	Плов из птицы	200	18,54	22,5	28,66	391,3
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	840	32,25	30,77	117,3	873,79
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	

Неделя 1/ день 2

54-167/2022н	Каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы	250	7,5	13,97	30,13	276,27
3/2017м	Бульброд с сыром	60	6,69	8,38	19,38	180,27
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	550	17,55	22,75	79,21	595,38
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	100	1,48	6,01	8,26	92,8
54-1с/2022н	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	3,51	6,27	8,97	107,16
77/1/2022	Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	12,3	8,9	6,9	156,9
54-3сс/2022н	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	4,43	5,86	43,8	244,2
171/2017м	Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7
360/2017м	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
701/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
702/2010 м	Итого	940	27,7	28,55	135,06	907,11
	Норма обеда по СанПин 30%-35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: И.А. Ковалева
 директор



Утверждено
 Директор ООО "Кортоужко Е.Ю."

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	

Неделя 1/ день 4

183/2017м	Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	250	11,31	14,2	39,12	329,52
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
382/2017м	Какао с молоком	200	4,18	3,54	17,58	118,9
	Итого	600	19,84	18,64	90,65	609,72

Норма завтрака по СанПин	20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
--------------------------	---------------	-----	---------	-------	------------	---------

Обед

24/2017м	Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	1	6,07	3,45	70,7
54-17с\2022н	Суп овощной со сметаной	250	2,02	3,81	18,67	117,09
259\2017м	Жаркое по домашнему	250	22,25	23,63	24	413,27
54-1хн\2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701\2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	890	31,73	34,46	109,94	890,53
Норма обеда по СанПин	30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вс блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	

Неделя 1/ день 3

182/2017м	Каша молочная жидкая ячневая с сахаром и маслом	250	11,12	7,45	42,50	281,53
П.Т	Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124
14/2017м	Масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
54-3гн/2022г	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	550,0	21,4	21,2	89,7	632,0

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5% 18-23 76,6-95,75 544-680

Обед

70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (помидор)	100	1,12	0,1	3,5	20
101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	5,7	6,1	12,7	132,7
77/3/2022г/331/2017м	Котлеты домашние из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62
54-21г/2022г	Горошница	180	8,32	7,59	34,32	238,87
342/2017м	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	27,88	114,6
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94
	Итого	950	30,17	28,19	134,492	918,24
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: *С.С. Селезнева*
 директор



Утверждено
 Директор ООО "Башинформ" *Нортоножко Е.Ю.*

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

Неделя 1/ день 6

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					
181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	9,15	12,47	33,60	283,23
399/2017м	Блинчики с повидлом 50/20	70	2,83	2,56	22,11	122,80
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52
379/2017м	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,68	15,94	109,56
	Итого	560	18,31	19,11	90,97	612,11
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
	Обед					
24/2017м	Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	1	6,07	3,45	70,7
54-25с\2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	4,23	4,5	13,55	111,65
291/2017м	Плов из птицы	200	18,54	22,5	28,66	391,3
54-1хн\2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701\2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	840	30,23	34,02	109,48	863,12
	Норма обеда по СанПин 30%-35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: *Лариса Александровна*
 директор



Утверждено: *Е.Ю. Коргоножко*
 директор ООО "Коргоножко Е.Ю."

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 12-18 лет
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	

Неделя 1/ день 5

182/2022м	Каша молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром	250	9,75	13,50	46,37	345,98
209/2017м	Яйцо вареное вкрутую	40	5,08	4,60	0,28	63,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	550,0	19,8	18,7	86,0	591,6

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5% 18-22,5 18-23 76,6-95,75 544-680

Обед

131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,83
53-3с/2022н	Рассольник ленинградский (перловка)	250	2,4	6,24	8,22	98,64
77/2/2022	Котлета куриная из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	11,28	12,55	6,70	184,87
203\2017м	Макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16
360/2017м	Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7
701/2010 м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94
	Итого	960	30,40	25,99	134,93	896,04
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: *С.С. Макарова*
 директор



Утверждено
 Директор ООО *Кортоножко Е.Ю.*

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	* вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/		Энергет. ценность Ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	

Неделя 1/ день 8

182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	10,31	6,57	44,25	277,37
П.Т	Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124
14/2017м	Масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
54-3гн/2022н	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	550,0	20,6	20,3	91,4	627,8
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

71/2017м	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,12	0,1	3,5	20
54-4с/2022н	Рассольник домашний	250	2,4	6,24	12,77	118,63
77/6/2022	Котлеты мясокрупные из п/ф высокой степени готовности	100	9,93	12,66	5,76	176,70
203/2017м	Макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16
342/2017м	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	27,88	114,6
701/2010 м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94
	Итого	940	27,4	26,2	143,05	920,93
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано:
 директор *С.В. Сорокина*



Утверждено
 Директор ООО "МЭ" *Коргоножко Е.Ю.*

10-ти дневное меню для обеспечения двукратным питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 12-18 лет
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	
1	2					
Неделя 1/ день 7						

182/2017м	Каша молочная жидкая ячневая с сахаром и маслом	250	11,12	7,45	42,50	281,53
3/2017м	Бутерброд с сыром	60	6,69	8,38	19,38	180,27
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52
54-4гн/2022н	Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	550	22,57	17,33	93,78	624,94
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

71/2017м	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,8	0,1	1,7	10
54-28с/2022н	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,93	103,75
771/2022	Котлета рыбная из п/ф высокой степени	100/20	12,3	8,9	6,9	156,9
171/2017м	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	180	7,43	8,2	45,57	285,8
360/2017м	Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	940	28,39	23,07	130,19	849,62
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: С.В. Селезнева
 директор



Утверждено: С.В. Селезнева
 Директор ООО «Бизнес-Сервис»
 (Коргонофжко Е.Ю.)

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес/блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	

Неделя 1/ день 10

183/2017м	Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	250	11,31	14,2	39,12	329,52
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
382/2017м	Какао с молоком	200	4,18	3,54	17,58	118,9
	Итого	600	19,84	18,64	90,65	609,72
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	100	1,48	6,01	8,26	92,8
54-20с/2022н	Суп картофельный с рыбой	250	7,98	4,75	22	162,67
289/2017м	Рагу с птицей	250	17,93	19,24	24,52	342,96
360/2017м	Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	890	33,45	30,95	119,87	891,6
	Норма обеда по СанПин 30%-35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952

ЗАВТРАК

	Итого за весь период	5 620,00	200,76	190,33	899,61	6 121,99
	Среднее значение за период	562	20,08	19,03	89,96	612,20
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

ОБЕД

	Итого за весь период	9125	301,12	295,78	1255,322	8922,43
	Среднее значение за период	912,5	30,112	29,578	125,5322	892,243
	Норма обеда по СанПин 30%-35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: *С.С. Сахаров*
 Директор

Утверждено
 Директор ООО "Кортоножко Е.Ю."

10-ти дневное меню для обеспечения двукратным питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Пищевые вещества/g/			Энергет. ценность ккал
		Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	

Неделя 1/ день 9

182/2022м	Каша молочная пшениная жидкая с маслом и сахаром	250	13,71	43,27	337,99
209/2017м	Яйцо вареное вкрутую *	40	4,60	0,28	63,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	60	0,6	28,98	140,28
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	10,38	42,32
	Итого	550,0	18,9	82,9	583,6
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75
	Обед				
24/2017м	Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	6,07	3,45	70,7
54-23с/2022н	Свекольник мо сметаной	250	6,4	13,4	130,2
77/4/2022	Котлеты печеночные, с маслом	100/5	12,83	10,27	209,13
125/2017м	Картофель отварной	180	3,63	25,18	189
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	19,8	81
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	19,32	93,52
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	29,64	137,94
	Всего	935	33,58	121,01	911,45
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05
					816-952