



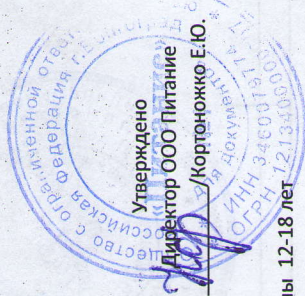
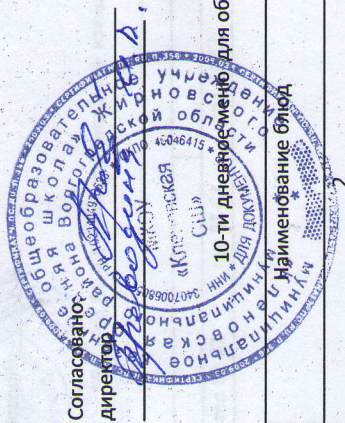
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	12-18 лет			
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2					

неделя 1 ; день 1

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г.-544с. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	25,00	250	8,88	14,57	50,24	369,32
399/2017м	блинчики с повидлом	22,00	70	3,15	1,68	21,95	115,62
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	9,80	47,00
376/2017м	чай с сахаром	10	200	0,07	0,02	15	60
	Итого	82,25	660	15,58	17,63	118,35	698,34

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
Обед							
71\70\2017м	Овощи по сезону (огурцы свежие; соленные)	13	100	0,58	0,08	0,158	10
54-7с\2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	15	250	6,45	3,47	23,12	149,5
290\3302017м	Птица тушеная в сметанном соусе	28	100	11,78	10,12	2,93	150
171\2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	10	180	7,99	11,003	47,06	316,8
376\2017м	Чай каркаде	10	200	0,07	0,02	15	60
701\2017 м	Хлеб пшеничный	3,25	40	3,75	1,86	17,47	110
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	920	33,15	27,003	123,138	883,9
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	



для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	12-18 лет			
			12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

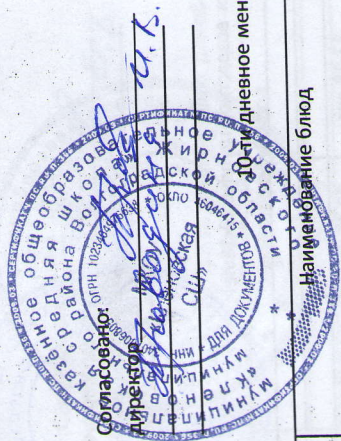
неделя 1 ; день 2

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг: Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

701\2017м	Овощи по сезону	15	100	1,1	0,2	2,8	22
271\331\2017м	котлеты домашние с соусом	37	100\20	13,51	8,91	9,74	198,00
203\2017м	макароны отварные с маслом	15	180	6,87	7,28	38,37	246,60
701\2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
378\2017м	чай с молоком	10	200	1,52	1,35	15,9	81
	Итого	82,25	640	26,08	18,70	88,17	654,00
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

Обед

101\2004л	Консервы закусочные (икра кабачковая)	11	100	2,73	4,7	14,54	111
101\2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	14	250	5,7	3,6	12,7	110,9
229\2017м	Рыба тушеная с овощами	31	100	9,75	4,96	3,8	105
171\2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	10	180	4,43	5,86	43,8	244,2
342\2017 м	Компот из свежих плодов	10	200	0,16	0,16	27,88	114,6
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	30	2,43	0,3	14,64	72,6
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	900	27,76	20	134,7	845,9
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



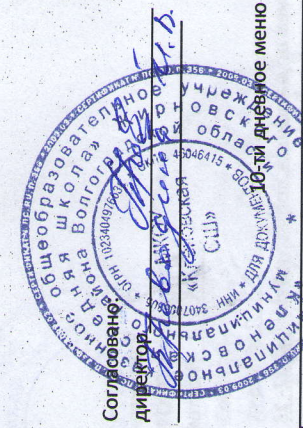
Согласовано: _____
 10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб			
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2				

неделя 1 ; день 3
 Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы	28	250	11,00	11,40	44,40	326,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	9,80	47,00
14/2017м	масло порциями	13	10	0,8	7,25	0,13	66
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	3,85	1,20	26,70	133,00
382/2017м	какао с молоком	16	200	4,08	3,54	17,58	118,6
	Итого	82,25	610,0	20,1	23,8	98,6	690,6
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

33\2011 м	Свекла отварная с растительным маслом	13	100	1,42	6,08	8,36	93,8
54-1с\2022н	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	15	250/10	3,51	6,27	8,97	107,16
271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	28	100/20	13,51	8,91	9,74	198,00
203\2017м	Макаронны отварные с маслом	10	180	6,48	5,88	39,35	236,16
349\2017м	Компот из сухофруктов	10	200	0,66	0,09	32,14	132,8
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	30	2,43	0,45	14,64	72,6
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	930	30,536	27,98	130,6	928,15
	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 горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		2		12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
1									

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

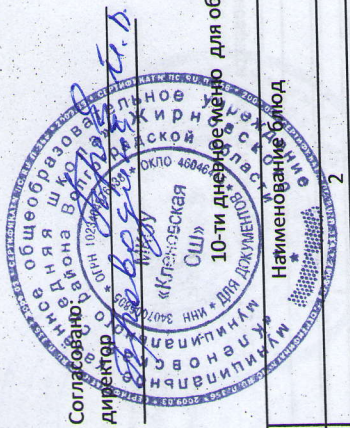
неделя 1 ; день 4

№ рец.	Наименование блюда	Цена руб		12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		2		12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	15	100	0,8	0,1	1,9	12	105,00	105,00
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	35	100	9,75	4,95	3,80	47,14	290,40	290,40
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	17	180	4,53	9,33	21,36	106,40	106,40	106,40
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	15	60	573,8	573,8
376/2017м	чай с сахаром	10	200	0,07	0,02	89,2	573,8	573,8	573,8
Итого		82,25	620	18,23	15,36	89,2	573,8	573,8	573,8

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

Обед

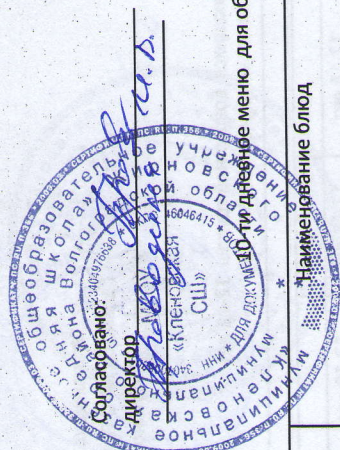
75\2017м	Икра морковная	13	100	2	7	10	113,3	113,3	113,3
99\2017м	Суп овощной со сметаной	15	250/10	2,02	6,31	10,42	106,16	106,16	106,16
492\2004л	Плов с мясом кур	38	230	17,48	18,17	41,63	400,2	400,2	400,2
377\2017м	Чай с лимоном	10	200	0,13	0,02	15,2	62	62	62
701\2010м	Хлеб пшеничный	3,25	40	3,24	0,4	19,52	96,8	96,8	96,8
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6	87,6	87,6
Итого		82,25	870	27,4	32,35	114,17	866,06	866,06	866,06
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952				



№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
				12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2								

неделя 1 ; день 5
Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с: Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	28	250	8,30	4,24	55,88	369,32
209/2017м	яйцо вареное	13	40	5,08	4,60	0,28	63,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	3,85	1,20	26,70	133,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	16	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	82,25	640,0	17,8	10,5	107,9	674,3
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
	Овощи по сезону	13	100	0,08	0,08	5,07	12,0
132/2004 л	Рассольник ленинградский (перловка)	15	250	3,37	10,75	20,475	168,75
297\331\2017м	Фрикадельки с соусом	28	100/20	10,92	7,51	5,45	150,04
203\2017м	Макароны отварные с маслом	10	180	6,87	7,3	38,35	246,6
349\2017м	Компот из сухофруктов	10	200	0,6	0	31,4	124
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	40	3,24	0,4	19,52	96,8
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	930	27,61	26,49	137,66	885,79
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

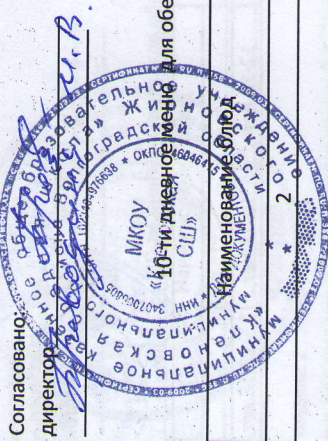
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб			
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2				

неделя 2 ; день 6

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

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

101/2004л	икра кабачковая консервированная	15	80	1,301	1,28	8,21	83,2
295/332/2017М	Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	36	100\20	10,18	11,33	7,07	147,85
203/2017м	макаронны отварные с маслом	16	180,0	6,87	7,28	38,37	246,60
376/2017м	чай с сахаром	10	200	0,07	0,02	15	60
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
	Итого	82,25	620	21,501	20,87	90,01	644,05
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед							
33\2011 м	Свекла отварная с растительным маслом	13	100	1,42	6,08	8,36	93,8
54-25с\2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)	15	250	5,49	6,15	16,53	136,25
289\2017м	Рагу с птицей	38	240	18,1	16,92	20,84	303,08
342\2011 м	Компот из свежих плодов	10	200	0,1	0,2	27,5	112,7
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	40	3,24	0,4	19,52	96,8
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	870	30,876	30,2	110,15	830,26
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: С.В.В.
директор ООО Питание
Утверждено
Директор ООО Питание
Кортоножко Е.Ю.

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

неделя 2 ; день 7

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

181\2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	25,00	250	6,93	12,82	48,13	330,68
399\2017м	блинчики с повидлом	22,00	70	3,15	1,68	21,95	115,62
701\2010м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
338\2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	9,80	47,00
377\2017м	чай с сахаром и лимоном	10	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	82,25	660	13,69	15,88	116,44	661,7
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед							
101\2004л	Консервы закусочные (икра кабачковая)	11	100	2,73	4,7	14,54	111
54-28с\2022н	Борщ с капустой и картофелем	14	250	1,8	4,92	10,93	103,75
229\2017м	Рыба тушеная с овощами	31	100	9,75	4,96	3,8	105
171\2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	10	180	4,37	8,99	44,6	279,81
349\2017м	Компот из сухофруктов	10	200	0,66	0,09	32,14	132,8
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	40	3,24	0,4	19,52	96,8
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	82,25	920	25,08	24,51	142,93	916,76
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



Согласовано: _____
директор _____
10-ти дневна цена _____
Наименование блюда _____
12-18 лет

№ рец. по сбор.	Цена руб	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1					

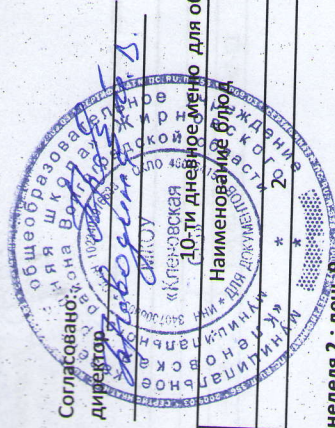
Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тугельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

255/2017м	печень по строгоновски	38,00	100	13,26	11,23	3,52	185,00
310/2017м	картофель отварной	18	180	3,6	0,72	28,44	134,64
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	11	100	0,8	6,01	8,26	92,8
701/2017м	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	0,96	21,36	106,40
378/2017м	чай с молоком	10	200	1,52	1,35	15,9	81
	Итого	82,25	620	22,26	20,27	77,48	599,84
							1350-1530

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

Обед

71\70\2017м	Овощи по сезону (помидор свежие; соленые)	13	100	1,1	0,16	3,8	22
54-4с\2022н	Рассольник домашний	15	250	2,4	6,24	16,52	133,3
271\331\2017м	Котлеты домашние с соусом	28	100/20	13,51	8,91	9,74	198,00
203\2017м	Макароны отварные с маслом	10	180	6,48	5,88	39,35	236,16
376\2017м	Чай каркаде	10	200	0,07	0,02	15	60
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3,25	50	3,95	0,5	24,15	116,9
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	60	3,36	0,66	29,64	137,94
	Итого	82,25	920	30,87	22,37	138,2	904,3
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	
		12-18 лет	12-18 лет
1	10-ти дневное меню		

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г- 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

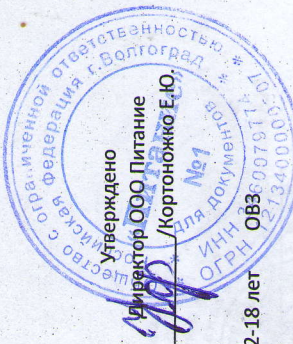
неделя 2 : день 9

120/2017м	Суп молочный с макаронными изделиями	28	300	6,56	5,69	23,25	180,00
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	9,80	47,00
14/2017м	масло порциями	13	10	0,8	7,25	0,13	66
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	3,85	1,20	26,70	133,00
382/2017м	какао с молоком	16	200	4,08	3,54	17,58	118,6
	Итого	82,25	660,0	15,7	18,1	77,5	544,6

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

550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
-----	---------	-------	------------	---------

75\2017м	Икра морковная	12	100	2	7	10	113,3
101\2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	13	250	5,7	3,6	12,7	110,9
255/2017м	печень по строгоновски	31	100	13,26	11,23	3,52	185,00
171\2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	10	180	7,99	11,003	47,06	316,8
377\2017м	Чай с лимоном	10	200	0,13	0,02	15,2	62
701\2010м	Хлеб пшеничный	3,25	30	2,43	0,3	14,64	72,6
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	3	30	1,9	0,34	13,05	65,7
	Всего	82,25	890	33,44	33,46	116,13	926,3
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952



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

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тугельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

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

47\2017м	Квашеная капуста		12	100	1,7	5	8,46	85,7
54-17с\2022н	Суп овощной со сметаной		15	250/10	2,02	6,31	10,42	106,16
29А\2017м	Котлеты рубленные из птицы с соусом		29	100/20	13,55	16,06	16,26	263,25
310\2017м	Картофель отварной с маслом		10	180	3,64	7,128	25,16	189
342\2017 м	Компот из свежих плодов		10	200	0,16	0,16	27,88	114,6
701\2010м	Хлеб пшеничный		3,25	30	2,31	0,72	16,02	79,80
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный		3	30	1,9	0,3	12,3	59,55
	Итого		82,25	910	25,28	35,678	116,5	898,1
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%			800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952
	Завтрак							
	Всего за 10 дней			6 290,00	196,65	173,91	962,07	6 406,47
	Средний суточный рацион			629	19,67	17,39	96,21	640,65

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед						
Всего за 10 дней		8 200,00	266,78	260,50	1 146,88	8 127,18
Средний суточный рацион		820	26,68	26,05	114,69	812,72
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952

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