

УТВЕРЖДАЮ

Директор "Бизнес Консалтинг"



СОГЛАСОВАНО:

*Директор МКОУ Купцовской сш*  
*И.А. Светилова*  
*28.07.2022*

### Перспективное

## 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату

Меню составлено на основании:

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Сборник технических нормативов. ФГФУ НИЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

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



УТВЕРЖДАЮ:

Директор "Бизнес Консалтинг"



Кортоножка ЕЮ

№ 10237



СОГЛАСОВАНО:

*Директор МКОУ Купцовская СШ*  
*И.А. Сидорова*  
*25.07.2012*

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату

1 день

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд                | Цена<br>руб | Выход | Пищевые вещества/г/ |      |       | Энергет.<br>ценность |
|--------------------|----------------------------------|-------------|-------|---------------------|------|-------|----------------------|
|                    |                                  |             |       | Б                   | Ж    | У     |                      |
| 1                  | 2                                |             | 3     | 4                   | 5    | 6     | 7                    |
| Завтрак            |                                  |             |       |                     |      |       |                      |
| 252/330/2017м      | сосиски вареные с соусом         | 32,00       | 50/20 | 4,51                | 9,62 | 2,05  | 113,75               |
| 310/2017м          | картофель отварной               | 17,00       | 150   | 3,00                | 0,60 | 23,70 | 112,20               |
| 101/2004л          | икра кабачковая консервированная | 6,00        | 20    | 0,27                | 0,26 | 1,7   | 17,33                |
| 701/2010м          | хлеб пшеничный                   | 2,00        | 20    | 1,54                | 0,48 | 10,68 | 53,20                |
| 377/2017м          | чай с сахаром и лимоном          | 8,00        | 200   | 0,13                | 0,02 | 15,2  | 62                   |
|                    | Итого                            | 65,00       | 460,0 | 9,5                 | 11,0 | 53,3  | 358,5                |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко ЕЮ

28.07.2017

СОГЛАСОВАНО:



*Директор МКОУ Куйбышевской сш*  
*И.А. Свешникова*  
*28.07.2017*

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату

2 день

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд                   | Цена<br>руб | Выход | Пищевые вещества/г/ |       |       | Энергет.<br>ценность |
|--------------------|-------------------------------------|-------------|-------|---------------------|-------|-------|----------------------|
|                    |                                     |             |       | Б                   | Ж     | У     |                      |
| 1                  | 2                                   |             | 3     | 4                   | 5     | 6     | 7                    |
| Завтрак            |                                     |             |       |                     |       |       |                      |
| 279/332/2017м      | тефтели с соусом                    | 34,00       | 60/20 | 5,7                 | 13,18 | 9,5   | 182,45               |
| 171\2017м          | каша рассыпчатая гречневая с маслом | 21,00       | 120   | 6,6                 | 7,15  | 29,88 | 210                  |
| 377/2017м          | чай с сахаром и лимоном             | 8,00        | 200   | 0,13                | 0,02  | 15,2  | 62                   |
| 701/2010м          | хлеб пшеничный                      | 2,00        | 20    | 1,54                | 0,48  | 10,68 | 53,20                |
|                    | Итого                               | 65,00       | 450   | 13,97               | 20,83 | 65,26 | 507,65               |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко ЕЮ

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ Купцовской СШ  
И.И. Свешников  
15.08.2013г.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату

|                      |                                                |          |       | 3 день              |       |       | Энергет. ценность |
|----------------------|------------------------------------------------|----------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|
| № рец. по сбор       | Наименование блюд                              | Цена руб | Выход | Пищевые вещества/г/ |       |       |                   |
|                      |                                                |          |       | Б                   | Ж     | У     |                   |
| 1                    | 2                                              | 3        | 3     | 4                   | 5     | 6     | 7                 |
|                      |                                                |          |       | Завтрак             |       |       |                   |
| 70/71/2017м          | овощи по сезону (огурец свежий; соленый)       | 6,00     | 20    | 0,16                | 0,02  | 0,38  | 2,4               |
| 454\2004 Л\331\2017м | котлеты мясoкартофельные по Хлыновски с соусом | 30,00    | 60/20 | 8,19                | 5,76  | 8,25  | 144,72            |
| 203/2017м            | макароны отварные с маслом                     | 17,00    | 150   | 5,73                | 6,07  | 31,98 | 205,50            |
| 376/2017м            | чай каркаде с сахаром                          | 10,00    | 200   | 0,07                | 0,02  | 15    | 60                |
| 701/2010м            | хлеб пшеничный                                 | 2,00     | 20    | 1,54                | 0,48  | 10,68 | 53,20             |
|                      | Итого                                          | 65,00    | 470   | 15,53               | 12,33 | 65,91 | 463,42            |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко ЕЮ

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ Купцовской СШ  
И.Ф. Селиванов  
25.07.2023 г.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату

4 день

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд                     | Цена<br>руб  | Выход      | Пищевые вещества/г/ |              |              | Энергет.<br>ценность |
|--------------------|---------------------------------------|--------------|------------|---------------------|--------------|--------------|----------------------|
|                    |                                       |              |            | Б                   | Ж            | У            |                      |
| 1                  | 2                                     |              | 3          | 4                   | 5            | 6            | 7                    |
| Завтрак            |                                       |              |            |                     |              |              |                      |
| 291/2017м          | плов из птицы                         | 46,00        | 200        | 16,89               | 9,86         | 34,09        | 302,66               |
| 52/2017м           | свекла отварная с растительным маслом | 10,00        | 20         | 0,28                | 1,2          | 1,65         | 18,56                |
| 701/2010м          | хлеб пшеничный                        | 2,00         | 20         | 1,54                | 0,48         | 10,68        | 53,20                |
| 376/2017м          | чай с сахаром                         | 7,00         | 200        | 0,07                | 0,02         | 15           | 60                   |
|                    | <b>Итого</b>                          | <b>65,00</b> | <b>440</b> | <b>18,78</b>        | <b>11,56</b> | <b>61,42</b> | <b>434,42</b>        |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко ЕЮ

№1 07.20237

СОГЛАСОВАНО:



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату

5 день

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд             | Цена<br>руб  | Выход      | Пищевые вещества/г/ |              |              | Энергет.<br>ценность |
|--------------------|-------------------------------|--------------|------------|---------------------|--------------|--------------|----------------------|
|                    |                               |              |            | Б                   | Ж            | У            |                      |
| 1                  | 2                             |              | 3          | 4                   | 5            | 6            | 7                    |
| Завтрак            |                               |              |            |                     |              |              |                      |
| 260\2017M          | гуляш                         | 36,00        | 90         | 13,095              | 15,11        | 2,6          | 198,9                |
| 312\2017M          | картофельное пюре с мас.слив. | 19,00        | 120        | 2,45                | 3,84         | 16,35        | 109,8                |
| 377\2017M          | чай с сахаром и лимоном       | 8,00         | 200        | 0,13                | 0,02         | 15,2         | 62                   |
| 701\2010M          | хлеб пшеничный                | 2,00         | 20         | 1,54                | 0,48         | 10,68        | 53,20                |
|                    | <b>Итого</b>                  | <b>65,00</b> | <b>430</b> | <b>17,22</b>        | <b>19,45</b> | <b>44,83</b> | <b>423,90</b>        |



УТВЕРЖДАЮ

Директор "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко ЕЮ

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы купцовской ссч  
И.Ф. Светицкова  
25.07.2022

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату

| № рец.<br><br>по сбор. | Наименование блюд     | Цена<br>руб | Выход | 6 день              |       |       | Энергет.<br>ценность |
|------------------------|-----------------------|-------------|-------|---------------------|-------|-------|----------------------|
|                        |                       |             |       | Пищевые вещества/г/ |       |       |                      |
|                        |                       |             |       | Б                   | Ж     | У     |                      |
| 1                      | 2                     |             | 3     | 4                   | 5     | 6     | 7                    |
| Завтрак                |                       |             |       |                     |       |       |                      |
| ТТК                    | пельмени со сметаной  | 53,00       | 180   | 15,12               | 26,64 | 20,70 | 383,76               |
| 376/2017м              | чай каркаде с сахаром | 10,00       | 200   | 0,07                | 0,02  | 15    | 60                   |
| 701/2010м              | хлеб пшеничный        | 2,00        | 20    | 1,54                | 0,48  | 10,68 | 53,20                |
|                        | Итого                 | 65,00       | 400   | 16,73               | 27,14 | 46,38 | 496,96               |
|                        |                       |             |       |                     |       |       |                      |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор "Бизнес Консалтинг"



Кортоножке ЕЮ

СОГЛАСОВАНО:



*Директор МКОУ Купцовская СШ*  
*И.А. Свиркина*  
*20.07.2023*

**10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату**  
**7 день**

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд                | Цена<br>руб | Выход | Пищевые вещества/г/ |      |       | Энергет.<br>ценность |
|--------------------|----------------------------------|-------------|-------|---------------------|------|-------|----------------------|
|                    |                                  |             |       | Б                   | Ж    | У     |                      |
| 1                  | 2                                |             | 3     | 4                   | 5    | 6     | 7                    |
| <b>Завтрак</b>     |                                  |             |       |                     |      |       |                      |
| 252/330/2017м      | сосиски вареные с соусом         | 32,00       | 50/20 | 4,51                | 9,62 | 2,05  | 113,75               |
| 203/2017м          | макаронь отварные с маслом       | 17,00       | 150   | 5,73                | 6,07 | 31,98 | 205,50               |
| 101/2004л          | икра кабачковая консервированная | 6,00        | 20    | 0,27                | 0,26 | 1,7   | 17,33                |
| 701/2010м          | хлеб пшеничный                   | 2,00        | 20    | 1,54                | 0,48 | 10,68 | 53,20                |
| 377/2017м          | чай с сахаром и лимоном          | 8,00        | 200   | 0,13                | 0,02 | 15,2  | 62                   |
|                    | Итого                            | 65,00       | 460,0 | 12,2                | 16,5 | 61,6  | 451,8                |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко ЕЮ

18.07.2032.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ Купцовской СШ  
Искр Ч.А. Сидорова  
25.07.2032

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату

8 день

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | Цена<br>руб | Выход | Пищевые вещества/г/ |   |   | Энергет.<br>ценность |
|--------------------|-------------------|-------------|-------|---------------------|---|---|----------------------|
|                    |                   |             |       | Б                   | Ж | У |                      |
| 1                  | 2                 |             | 3     | 4                   | 5 | 6 | 7                    |

Завтрак

|           |                                 |              |            |              |              |              |               |
|-----------|---------------------------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 292\2017М | птица тушеная в соусе с овощами | 56,00        | 200        | 12,41        | 13,41        | 17,6         | 264           |
| 376/2017м | чай с сахаром                   | 7,00         | 200        | 0,07         | 0,02         | 15           | 60            |
| 701/2010м | хлеб пшеничный                  | 2,00         | 20         | 1,54         | 0,48         | 10,68        | 53,20         |
|           | <b>Итого</b>                    | <b>65,00</b> | <b>420</b> | <b>14,02</b> | <b>13,91</b> | <b>43,28</b> | <b>377,20</b> |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор "Бизнес Консалтинг"



Курганская ЕЮ

29.07.2022



СОГЛАСОВАНО:

*Директор МКОУ Купцовской СШ*  
*И.И. Свистунов*  
*25.07.2022*

**10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату**

| 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием |                                                      |          |       | 9 день              |        |        | Энергет. ценность |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------|-------|---------------------|--------|--------|-------------------|
| № рец.                                              | Наименование блюд                                    | Цена руб | Выход | Пищевые вещества/г/ |        |        |                   |
|                                                     |                                                      |          |       | Б                   | Ж      | У      |                   |
| по сбор.                                            |                                                      |          |       | 4                   | 5      | 6      | 7                 |
| 1                                                   | 2                                                    |          | 3     | Завтрак             |        |        |                   |
| 295/332/2017М                                       | биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком | 35,00    | 60/20 | 10,18               | 11,33  | 7,07   | 147,85            |
| 171\2017м                                           | каша рассыпчатая гречневая с маслом                  | 21,00    | 120   | 6,6                 | 7,15   | 29,88  | 210               |
| 376/2017м                                           | чай с сахаром                                        | 7,00     | 200   | 0,07                | 0,02   | 15     | 60                |
|                                                     |                                                      | 2,00     | 20    | 1,54                | 0,48   | 10,68  | 53,20             |
| 701/2010м                                           | хлеб пшеничный                                       | 65,00    | 420   | 18,390              | 18,980 | 62,630 | 471,050           |
|                                                     | Итого                                                |          |       |                     |        |        |                   |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко ЕЮ

СОГЛАСОВАНО:



*Директор МКОУ Купцовская СШ  
И.Ф. Свешникова  
15.07.2022*

### 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся за родительскую плату

| 10 день            |                                       |             |       |                     |       |       |                      |
|--------------------|---------------------------------------|-------------|-------|---------------------|-------|-------|----------------------|
| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд                     | Цена<br>руб | Выход | Пищевые вещества/г/ |       |       | Энергет.<br>ценность |
|                    |                                       |             |       | Б                   | Ж     | У     |                      |
| 1                  | 2                                     |             | 3     | 4                   | 5     | 6     | 7                    |
| Завтрак            |                                       |             |       |                     |       |       |                      |
| 291/2017м          | плов из птицы                         | 46,00       | 200   | 16,89               | 9,86  | 34,09 | 302,66               |
| 52/2017м           | свекла отварная с растительным маслом | 10,00       | 20    | 0,28                | 1,2   | 1,65  | 18,56                |
| 349/2017м          | компот из сухофруктов                 | 7,00        | 200   | 0,66                | 0,09  | 32,03 | 132,8                |
| 701/2010м          | хлеб пшеничный                        | 2,00        | 20    | 1,54                | 0,48  | 10,68 | 53,20                |
|                    | Итого                                 | 65,00       | 440   | 19,37               | 11,63 | 78,45 | 507,22               |

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций Сборник технических нормативов. ФГФУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

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