

Согласовано
Директор



Утверждаю
Директор ООО "СОП"
Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для детей, нуждающихся в диетическом питании (стол №9) в образовательных учреждениях с односменным режимом работы

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Стоимость комплекса - 98,70 руб.

ДАТА с 01.01.2026 г.

№ п/п	День недели /Блюдо	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
1-я неделя / 1. понедельник							
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным	80/30	56,60	211	12	11	13
2	Каша гречневая вязкая	180	11,70	189	5	7	27
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара с лимоном	200/7	6,60	2	0	0	0
4	Хлеб/Батон (порциями)	30	2,90	60	2	0	12
5	Десерт фруктовый (яблоко)	110	20,90	52	0	0	11
	Итого	637	98,70	514	20	18	62
1-я неделя / 2. вторник							
1	Овощи свежие порционно	35/35	21,40	12	1	0	2
2	Плов из филе цыплят с доп.гарниром овощи свежие порционно	50/200	72,10	401	16	16	54
2	Чай пакетированный (Нури) без сахара	200	3,60	0	0	0	0
3	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	30	1,60	60	2	0	12
	Итого	550	98,70	473	19	16	68
1-я неделя / 3. среда							
1	Фрикасе	50/50	58,30	173	12	14	0
2	Макаронные изделия отварные с кукурузой консервированной припущенной	180/30	29,50	322	9	7	61
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара с черносливом	200/7	7,70	17	0	0	4
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	35	3,20	60	2	0	12
	Итого	552	98,70	572	24	21	78
1-я неделя / 4. четверг							
1	Салат из свежей капусты	100	8,90	88	2	5	9
2	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	250	78,90	272	14	15	20
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара с курагой	200/7	7,70	54	1	0	14
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	30	3,20	60	2	0	12
	Итого	587	98,70	474	19	20	56
1-я неделя / 5. пятница							
1	Салат из квашеной капусты	100	15,30	83	2	5	8
2	Котлеты Крепыш с соусом красным основным	75/30	62,60	237	13	15	12
3	Каша гречневая вязкая	180	11,70	189	5	7	27
4	Чай пакетированный (Нури) без сахара с лимоном	200/7	6,60	2	0	0	0
5	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	25	2,50	50	2	0	10
	Итого	617	98,70	561	22	27	57
1-я неделя / 6. суббота							
1	Сосиски для детского питания отварные с овощами свежими	50/65	56,40	100	6	8	2
2	Макаронные изделия отварные	200	12,80	281	7	7	47
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара с лимоном	200/7	6,60	2	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	20	2,00	40	1	0	8
5	Десерт фруктовый (яблоко)	110	20,90	52	0	0	11
	Итого	652	98,70	475	15	14	68

Стоимость комплекса - 98,70 руб.

ДАТА с 01.01.2026 г.

№ п/п	День недели /Блюдо	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
2-я неделя / 1. понедельник							
1	Биточки Дружба с соусом красным основным	80/30	60,70	229	12	14	13
2	Рис отварной с овощным миксом	170/30	28,40	264	5	8	43
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара с лимоном	200/7	6,60	2	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	35	3,00	70	2	0	14
	Итого	552	98,70	565	19	22	71
2-я неделя / 2. вторник							
1	Гуляш из филе птицы	55/55	61,30	232	14	18	4
2	Каша гречневая вязкая с доп гарниром овощи свежие порционно	180/50	27,00	190	5	7	27
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара с черносливом	200/7	7,70	17	0	0	4
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	25	2,70	50	2	0	10
	Итого	572	98,70	489	21	25	45
2-я неделя / 3. среда							
1	Цыплята отварные (голень)	110	65,10	275	23	17	4
2	Макаронные изделия отварные с доп гарниром сыр твердый порционно	180/10	23,60	260	9	8	38
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара с лимоном	200/7	6,60	2	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	45	3,40	90	3	0	18
	Итого	552	98,70	627	34	25	60
2-я неделя / 4. четверг							
1	Рыба (филе) припущенная со сметанным соусом	50/50	57,40	79	10	3	5
2	Рис отварной с доп гарниром овощи свежие порционно	180/50	35,30	288	5	8	46
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара	200	3,60	0	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	20	2,40	40	1	0	8
	Итого	550	98,70	407	16	11	59
2-я неделя / 5. пятница							
1	Капуста квашенная	100	15,30	83	2	5	8
2	Пюре картофельное с котлетой Любительской	150/80	77,50	341	15	16	31
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара	200	3,60	0	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	20	2,30	40	1	0	8
	Итого	550	98,70	464	18	21	46
2-я неделя / 6. суббота							
1	Сосиски для детского питания отварные 2 шт	100	73,00	187	12	15	1
2	Каша гречневая вязкая с доп гарниром овощи свежие порционно	180/30	20,90	189	5	7	27
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара	200	3,60	0	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	40	2,03	80	3	0	16
	Итого	550	98,70	456	21	22	44

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ		Эн.цен	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО		6 077	247	243	714

Заведующий производством



(расшифровка подписи)