

Согласовано
Директор

Утверждаю
Директор ООО "СОП"
Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях
Вид меню: Двухразовое питание для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей мобилизованных граждан
для учащихся 1-4 классов 2025 г.
Стоимость питания - 109,66 руб.

с 09.01.2025

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	1-я неделя / 1. понедельник						
	Завтрак						
1	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 200/7	№510 табл.4	207	269	6	9	42
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004 г.	222	59	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	31	96	2	0	14
4	Пирожное песочное Лакомка, 1 шт		50	227	2	14	32
	Обед						
1	Суп картофельный с горохом, с зеленью, 250/2	№139 с6.2004	252	143	5	4	22
2	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	39	121	2	0	18
4	Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт		40	144	2	2	29
	Итого		1041	1125	20	30	189
	1-я неделя / 2. вторник						
	Завтрак						
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/10	ТТК №286, ТТК №362	90	202	12	11	11
2	Макаронные изделия отварные	№516 с6.2004 г.	170	213	6	5	36
3	Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	ТТК №515С	217	55	0	0	14
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	25	77	1	0	11
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Рисовое зернышко	№138 с6.2004 г.	250				
2	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	78	0	0	19
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	29	90	2	0	13
4	Булочка Маковка	ТТК №14	65	244	5	9	35
	Итого		1046/1010	959	26	26	140
	1-я неделя / 3. среда						
	Завтрак						
1	Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром горошек зеленый припущенный, 200/15	ТТК №100С, табл. №24 с6.1996 г.	215	247	15	11	22
2	Чай с сахаром, 200/15	ТТК №512С	215	57	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	40	124	2	0	18
4	Печенье формовое, 2 шт	№772 с6.2004 г.	30	141	2,17	5,40	21
	Обед						
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№140 с6.2004 г.	200	97	2	2	13
2	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	68	0	0	17
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	30	93	2	0	14
4	Десерт фруктовый (яблоко)		110	52	0	0	11
	Итого		1040	879	24	20	131
	1-я неделя / 4. четверг						
	Завтрак						
1	Свекла отварная	ТТК №601С	60	18	1	0	5
2	Плов с мясом говядины рубленным, 30/150	ТТК №107С	180	326	13	13	40
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004 г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	33	102	2	0	15
5	Вафли неглазированные Белёк, 1 шт		20	99	1	5	9
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Гречишное зернышко	№138 с6.2004 г.	250	105	2	3	19
2	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	34	105	2	0	15
4	Рулет с маком	ТТК №15	100	366	7	15	51
	Итого		1092/1022	1244	28	36	185
	1-я неделя / 5. пятница						
	Завтрак						
1	Гуляш из филе птицы, 50/50	№437 с6.2004 г.	100	211	13	16	4
2	Макаронные изделия отварные	№516 с6.2004 г.	170	213	6	5	36
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004 г.	222	59	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	27	84	1	0	12
	Обед						
1	Борщ с картофелем со свежей капустой, со сметаной	№110 с6.2004 г.	220	98	2	5	9
2	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	26	81	1	0	12
4	Изделие бисквитное Мини рулет, 1 шт		35	154	1	7	22
	Итого		1010	940	25	34	120
	1-я неделя / 6. суббота						
	Завтрак 1						
1	Каша гречневая вязкая с сосиской отварной для детского питания, 180/50	№510 табл.4 с6.2004 г., №613 с6.2004 г.	230	281	12	14	28
2	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	77	0	0	19
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	35	108	2	0	16
4	Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт		39	208	2	11	25
	Завтрак 2						
1	Сок, 0,2	№686 с6.2004 г.	200	76	1	0	18
2	Печенье сдобное Полезный завтрак, 1 шт		32	145	2	5	22
	Итого		736	895	19	30	127

с 09.01.2025

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	2-я неделя / 1. понедельник						
	Завтрак						
1	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, яйцо вареное, 180/5/48/1 шт	ТТК №84, №937	233	305	12	13	36
2	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	78	0	0	19
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	36	112	2	0	16
4	Пряники (Северные или Зареченские), 1 шт		39	148	2	2	30
	Обед						
1	Суп картофельный с горохом	№ 139 с6. 2004 г.	250	142	5	4	22
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004 г.	222	59	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	34	105	2	0	15
4	Печенье бисквитное Лотте Чоколай, 1 шт		28	123	1	5	18
	Итого		1042	1072	25	25	173
	2-я неделя / 2.вторник						
	Завтрак						
1	Свекла отварная	ТТК №601С	60	18	1	0	5
2	Плов из цыплят, 40/160	№492 с6.2004 г.	200	305	13	11	43
3	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	54	1	0	14
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	40	124	2	0	18
	Обед						
1	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	№ 124 с6. 2004 г.	250	94	2	6	8
2	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	65	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	28	87	2	0	13
4	Пирожки печеные с курагой	№738 с6.2004 г.	75	193	5	2	39
	Вафли Молочные, 1 шт		30				
	Итого		1070/1025	940	25	19	154
	2-я неделя / 3.среда						
	Завтрак						
1	Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20	ТТК №355, ТТК №362	100	180	10	11	10
2	Макаронные изделия отварные	№516 с6. 2004 г.	170	213	6	5	36
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6. 2004 г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	31	96	2	0	14
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Гречишное зёрнышко	№140 с6. 2004 г.	250	105	2	3	19
2	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	22	68	1	0	10
4	Десерт фруктовый (яблоко)		110	52	0	0	11
	Итого		1098	837	22	20	132
	2-я неделя / 4. четверг						
	Завтрак						
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК №286, ТТК №362	100	205	12	11	12
2	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	150	158	5	6	22
3	Чай полусладкий, 200/10	№685 с6. 2004 г.	210	40	0	0	10
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	33	102	2	0	15
5	Печенье сахарное Кремарио, 1 шт		12	52	1	2	8
	Обед						
1	Рассольник ленинградский со сметаной (крупя перловая)	№132 с6. 2004 г.	250	131	2	6	20
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6. 2004 г.	215	57	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	31	96	2	0	14
4	Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт		40	144	2	2	29
	Итого		1041	985	26	27	145
	2-я неделя / 5. пятница						
	Завтрак						
1	Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая)	№974 с6.2004 г.	100	109	10	5	9
2	Пюре картофельное	№520 с6.2004 г.	150	146	3	5	18
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6. 2004 г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	40	124	2	0	18
	Обед						
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№138 с6. 2004 г.	230	112	2	3	16
2	Кофейный напиток с молоком	ТТК №504С	200	91	2	2	18
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	26	81	1	0	12
4	Булочка Творожная	№786 с6.2004 г.	50	162	6	4	24
	Печенье сдобное Домашнее, 1 шт		37				
	Итого		1030/1017	882	27	20	130
	2-я неделя / 6. суббота						
	Завтрак 1						
1	Паста с сыром, 150/25	ТТК №901С	175	264	11	11	32
2	Чай с сахаром, 200/15	№686 с6.2004 г.	215	57	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г./ТТК №27	28	87	2	0	13
4	Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт		125	45	0	0	11
	Завтрак 2						
1	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	65	0	0	15
2	Батончик шоколадный Милки-вей, 1 шт		26	144	3	9	13
	Итого		769	662	15	21	99
ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ				Эн.цен.	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО				11 420	282,10	307,02	1723,92

Заведующий производством

(расшифровка подписи)