

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 5-11 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	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 286, ТТК № 362	100	205	12	11	12
2	Макаронные изделия отварные	№516 с6.2004 г.	200	249	7	6	43
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	37	115	2	0	17
5	Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт		40	144	2	2	29
	Обед						
1	Суп картофельный с горохом	№ 139 с6.2004 г.	250	142	5	4	22
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	№686 с6.2004 г.	220	58	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	32	99	2	0	14
	ИТОГО		1079	1078	31	24	169
	1-я неделя / 2. вторник						
	Завтрак						
1	Гуляш из филе птицы, 50/50	№437 с6. 2004 г.	100	211	13	16	4
2	Пюре картофельное	№520 с6.2004 г.	180	175	4	7	22
3	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	31	96	2	0	14
5	Булочка Маковка	ТТК №14	65				
	Изделие бисквитное Мини Маффины, 1 шт		29	244	5	9	35
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Рисовое зернышко	№ 138 с6. 2004 г.	250	103	2	3	20
2	Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	ТТК №515С	217	55	0	0	14
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	31	96	2	0	14
	ИТОГО		1084/1048	1020	27	36	132
	1-я неделя / 3. среда						
	Завтрак						
1	Биточки Дружба с соусом сметанным, 80/20	ТТК № 355, №600 с6. 2004 г.	100	234	12	15	13
2	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи соленные (огурцы) порционно, 200/30	№510 табл.4 с6.2004 г., табл.№24 с6. 1996 г.	230	214	6	7	30
3	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	68	0	0	17
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	32	99	2	0	14
	Обед						
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 с6. 2004 г.	250	121	3	3	17
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	35	154	1	7	22
	ИТОГО		1069	949	25	32	128
	1-я неделя / 4. четверг						
	Завтрак						
1	Рыба, тушенная в томате с овощами (филе минтая)	№374 с6.2004	100	109	10	5	9
2	Рис отварной с доп.гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/45	№304 с6.2017 г., табл.№24 с6. 1996 г.	225	266	5	7	42
3	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	32	99	2	0	14
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Гречишное зёрнышко	№ 138 с6. 2004 г.	250	105	2	3	19
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	32	99	2	0	14
4	Печенье Кремарио, 1 шт		12	52	1	2	8
	ИТОГО		1066	853	22	18	139
	1-я неделя / 5. пятница						
	Завтрак						
1	Салат из квашеной капусты	табл.№81 с6. 2002г.	100	83	2	5	8
2	Котлеты Крепыш с соусом красным основным, 75/25	ТТК №336, ТТК №362	100	227	13	14	11
3	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г	190	200	6	7	28
4	Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	ТТК №515С	217	55	0	0	14
5	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	34	105	2	0	15
	Обед						
1	Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	№ 110 с6. 2004 г.	240	105	2	5	10
2	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	25	77	1	0	11
	ИТОГО		1116	892	25	32	108
	1-я неделя / 6. суббота						
	Завтрак						
1	Сосиски для детского питания отварные с овощами (огурцы свежие порционно), 50/50	№413 с6.2004г., табл.№24 с6.1996г.	100	98	6	8	1
2	Макаронные изделия отварные	№516 с6.2004 г.	180	225	6	6	38
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	№686 с6.2004 г.	220	58	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6. 2004 г., ТТК №27	27	84	1	0	12
5	Изделие бисквитное Мини рулет, 1 шт		35	154	1	7	22
	Завтрак 2						
1	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	77	0	0	19
2	Печенье сдобное Домашнее, 1 шт		37	171	3	7	23
	ИТОГО		799	867	19	28	131

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
	2-я неделя / 1. понедельник						
	Завтрак						
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК №286, ТТК №362	100	205	12	11	12
2	Рис отварной с овощным миксом (зам. горошек и кукуруза)	ТТК №300С	180	232	4	7	38
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	32	99	2	0	14
5	Вафли Молочные, 1 шт		30	158	1	9	17
	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	25	77	1	0	11
	ИТОГО		1054	1029	26	32	145
	2-я неделя / 2. вторник						
	Завтрак						
1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	110	275	23	17	4
2	Макаронные изделия отварные с доп.гарниром горошек зеленый припущенный, 200/15	№516 с6.2004 г., ТТК №602С	215	260	7	7	44
3	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	65	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	31	96	2	0	14
	Обед						
1	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	№ 124 с6. 2004 г.	250	94	2	6	8
2	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	27	84	1	0	12
	ИТОГО		1043	914	35	30	108
	2-я неделя / 3. среда						
	Завтрак						
1	Салат из квашеной капусты	табл.№81 с6. 2002 г.	100	83	2	5	8
2	Плов из филе цыплят, 50/200	№ 492 с6. 2004 г.	250	401	16	16	54
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	34	105	2	0	15
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Гречишное зёрнышко	№138 с6.2004	230	96	2	3	18
2	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	25	77	1	0	11
	ИТОГО		1061	887	24	24	137
	2-я неделя / 4. четверг						
	Завтрак						
1	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп.гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 220/10	ТТК №102С, с6. рец. 1996 г., табл. №24	230	273	14	15	21
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	№686 с6. 2004 г.	220	58	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6. 2004 г., ТТК №27	25	77	1	0	11
4	Пирожки печеные с курагой	№738 с6.2004 г.	80	206	5	2	42
	Пряники (Северные или Зареченские), 2 шт		78				
	Обед						
1	Рассольник ленинградский со сметаной (крупя перловая)	№ 132 с6. 2004 г.	200	107	2	5	16
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	27	84	1	0	12
	ИТОГО		997/995	862	24	22	132
	2-я неделя / 5. пятница						
	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.	180	225	6	6	38
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	77	0	0	19
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004 г., ТТК №27	40	124	2	0	18
5	Печенье сдобное Домашнее, 1 шт		37	171	3	7	23
	Обед						
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 с6.2004 г.	250	121	3	3	17
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	35	154	1	7	22
	ИТОГО		1064	1111	26	34	163
	2-я неделя / 6. суббота						
	Завтрак						
1	Сосиски для детского питания отварные с овощами (помидоры свежие порционно), 50/50	№413 с6.2004г., табл.№24 с6.1996г.	100	105	7	8	2
2	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г	180	189	5	7	27
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	№686 с6.2004 г.	220	58	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6. 2004 г., ТТК №27	37	115	2	0	17
5	Печенье бисквитное Лотте Чокопай, 1 шт		28	123	1	5	18
	Завтрак 2						
1	Напиток лимонный	ТТК №511С	180	55	0	0	14
2	Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт		39	208	2	11	25
	ИТОГО		784	853	18	31	117
	ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ			Эн.цен. (Ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	ВСЕГО			11315	301	343	1608

Заведующий производством

(расшифровка подписи)