

Согласовано
Директор

Утверждаю

Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов 2024 г.

Стоимость питания - 66,76 руб.

с 01.09.2024 г.

№ 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						
1	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твёрдый порционно, 180/5/15	№510 табл.4, №97 с6.2004 г.	200	299	11	11	39
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004 г.	222	59	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№1 с6.2004 г.	28	87	2	0	13
4	Пирожное песочное, 1 шт		50	227	2	14	32
	Итого		500	672	15	25	99
	1-я неделя / 2. вторник						
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.	170	213	6	5	36
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	№686 с6.2004 г.	220	58	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	№1 с6.2004 г.	33	102	2	0	15
	Итого		523	578	20	17	78
	1-я неделя / 3. среда						
1	Картофель тушёный с филе птицы рубленным с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/15	ТТК №100С, табл.№24 с6. 1996 г.	215	236	15	10	21
2	Чай с сахаром, 200/15	ТТк №512С	215	57	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№1 с6.2004 г.	40	124	2	0	18
4	Печенье формовое, 2 шт		30	141	2	5	21
	Итого		500	558	20	16	74
	1-я неделя / 4. четверг						
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 (порциями)	№1 с6.2004 г.	31	96	2	0	14
5	Вафли неглазированные, 1 шт		20	99	1	5	9
	Итого		506	596	16	18	82
	1-я неделя / 5. пятница						
1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	100	250	21	15	4
2	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	170	179	5	6	25
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6. 2004 г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	№1 с6.2004 г.	28	87	2	0	13
	Итого		513	573	28	22	56
	1-я неделя / 6. суббота						
1	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, яйцо вареное, 180/5/48/1 шт	ТТК №84, №337	233	305	12	13	36
2	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	78	0	0	19
3	Хлеб (порциями)	№1 с6.2004 г.	38	118	2	0	17
4	Изделие бисквитное, 1 шт		29	113	1	6	15
	Итого		500	614	15	19	87
	2-я неделя / 1. понедельник						
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 (порциями)	№1 с6.2004 г.	29	90	2	0	13
	Итого		514	540	17	17	75
	2-я неделя / 2.вторник						
1	Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/10	№413 с6. 2004 г., ТТК №362	90	217	9	19	2
2	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	170	179	5	6	25
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004 г.	222	59	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	№1 с6.2004 г.	27	84	1	0	12
	Итого		509	539	16	26	54

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов 2024 г.

Стоимость питания - 66,76 руб.

с 01.09.2024 г.

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	2-я неделя / 3. среда						
1	Гуляш из филе птицы, 50/50	№437 с6.2004 г.	100	211	13	16	4
2	Каша пшеничная вязкая с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 150/15	№510 табл.4 с6.2004 г., табл.№24 с6. 1996 г.	165	158	4	5	25
3	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	54	1	0	14
4	Хлеб (порциями)	№1 с6.2004 г.	20	62	1	0	9
	Итого		502	485	19	21	51
	2-я неделя / 4. четверг						
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.	150	187	5	5	32
3	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб (порциями)	№1 с6.2004 г.	21	65	1	0	9
5	Печенье формовое, 2 шт		30	141	2	5	21
	Итого		501	635	21	21	83
	2-я неделя / 5. пятница						
1	Рыба, тушенная в томате с овощами (филе минтая)	№374 с6.2004 г.	100	109	10	5	9
2	Пюре картофельное	№520 с6.2004 г.	170	165	4	6	21
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
4	Хлеб (порциями)	№1 с6.2004 г.	30	93	2	0	14
	Итого		500	433	15	11	60
	2-я неделя / 6. суббота						
1	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, 150/5	№510 табл.4 с6.2004 г.	155	219	6	7	32
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004 г.	222	59	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№1 с6.2004 г.	28	87	2	0	13
4	Печенье сдобное, 1 шт		37	45	0	0	11
5	Пюре фруктовое, 1 шт		125	171	3	7	23
	Итого		567	581	11	15	95

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ			Эн.цен.	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО			6 804	213,42	226,85	895,33

Заведующий производством