

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 2024 г.

Стоимость питания - 105,44 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						
	Завтрак						
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 286, ТТК № 362	100	205	12	11	12
2	Макаронные изделия отварные	С6.2004 г. №516	180	225	6	6	38
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
4	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	33	102	2	0	15
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, 200/15	№685 С6.2004 г.	215	57	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№ 1 С6.2004 г.	38	118	2	0	17
4	Печенье формовое, 2 шт		30	141	2	5	21
	ИТОГО		1086	1200	32	29	186
	1-я неделя / 2. вторник						
	Завтрак						
1	Филе минтая запеченное с овощами	С6.2017 г. №231	100	174	16	18	8
2	Пюре картофельное	С6.2004 г. №520	200	194	4	7	24
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 С6.2004 г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	40	124	2	0	18
	Обед						
1	Суп картофельный Рисовое зернышко	№ 138 С6.2004 г.	250	2	3	20	20
2	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	0	0	17	
4	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	36	2	0	16	
	ИТОГО		1041	553	26	78	86
	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 свежие (помидоры) порционно, 180/35	№510 табл.4 С6.2004 г., табл.№24 С6.1996 г.	215	197	6	7	28
3	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	54	1	0	14
4	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	34	105	2	0	15
	Обед						
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 С6.2004 г.	300	3	3	20	
2	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	0	0	15	
3	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	35	2	0	16	
	ИТОГО		1101	595	24	73	70
	1-я неделя / 4. четверг						
	Завтрак						
1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	110	250	21	15	4
2	Рис отварной	С6.2017 г. №304	190	270	5	8	43
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 С6.2004 г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	35	108	2	0	16
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Гречишное зёрнышко	№ 138 С6.2004 г.	250	105	2	3	19
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	№686 С6.2004 г.	220	58	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	22	68	1	0	10
4	Вафли неглазированные, 1 шт		20	99	1	5	9
	ИТОГО		1062	1015	33	31	130
	1-я неделя / 5. пятница						
	Завтрак						
1	Котлеты Крепыш с соусом красным основным, 75/25	ТТК №336, ТТК №362	100	227	13	14	11
2	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/35	№510 табл.4 С6.2004 г., табл.№24 С6.1996 г.	215	193	6	7	27
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 С6.2004 г.	222	59	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	37	115	2	0	17
	Обед						
1	Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	№ 110 С6.2004 г.	250	109	2	5	11
2	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	77	0	0	19
3	Хлеб (порциями)	№1 С6.2004 г.	33	102	2	0	15
	ИТОГО		1057	882	24	27	115
	1-я неделя / 6. суббота						
	Завтрак						
1	Сосиски отварные для детского питания с соусом красным основным, 80/20	С6.2004 г. №413, ТТК №362	100	189	8	17	1
2	Макаронные изделия отварные	С6.2004 г. №516	190	238	7	6	40
3	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	65	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	22	81	1	0	12
5	Печенье сдобное, 1 шт		37	171	3	7	23
	Завтрак 2						
1	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	78	0	0	19
2	Изделие бисквитное, 1 шт		29	113	1	6	15
	ИТОГО		778	935	20	36	126

**Вид меню: Двухразовое питание для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей мобилизованных граждан для учащихся
5-11 классов 2024 г.**

Стоимость питания - 105,44 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 / 1. понедельник						
	Завтрак						
1	Гуляш из филе птицы, 55/55	№437 сб. 2004 г.	110	233	14	18	4
2	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/30	сб. 2004 г. №510 табл.4, сб. рец. 1996 г., табл. №24	210	189	5	7	27
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	сб, 2004 г. №686	222	59	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	33	102	2	0	15
	Обед						
1	Суп картофельный с горохом	№ 139 сб. 2004 г.	250	142	5	4	22
2	Чай с сахаром, 200/15	№ 685 сб. 2004 г.	215	57	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	38	118	2	0	17
4	Печенье формовое, 2 шт		30	141	2	5	21
	ИТОГО		1108	1041	31	35	136
	2-я неделя / 2. вторник						
	Завтрак						
1	Биточки Дружба с соусом сметаным, 80/20	ТТК № 355, №600 сб. 2004 г.	100	234	12	15	13
2	Каша пшеничная вязкая	№510 табл.4 сб.2004 г.	190	198	5	6	31
3	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	22	68	1	0	10
5	Печенье бисквитное, 1 шт		28	123	1	5	18
	Обед						
1	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	№ 124 сб. 2004 г.	250	94	2	6	8
2	Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	ТТК №515С	217	0	0	14	
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	32	2	0	14	
	ИТОГО		1049	759	22	60	90
	2-я неделя / 3. среда						
	Завтрак						
1	Салат из свежей капусты	сб. 2017 г. № 45	100	88	2	5	9
2	Плов из филе цыплят, 50/170	сб. 2004 г. № 492	220	353	15	15	44
3	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
4	Хлеб (порциями)	сб. 2004 г., №1	30	93	2	0	14
	Обед						
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 сб. 2004 г.	270	130	3	3	18
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 сб. 2004 г.	215	57	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№ 1 сб. 2004 г.	31	96	2	0	14
4	Вафли неглазированные, 1 шт		20	99	1	5	9
	ИТОГО		1086	982	25	28	140
	2-я неделя / 4. четверг						
	Завтрак						
1	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 220/30	ТТК №102С, сб. рец. 1996 г., табл. №24	250	275	14	15	21
2	Чай с сахаром, 200/15	сб. 2004 г. №685	215	57	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	46	143	3	0	21
4	Пряники, 1 шт		39	148	2	2	30
	Обед						
1	Рассольник ленинградский со сметаной (крупа перловая)	№ 132 сб. 2004 г.	250	131	2	6	20
2	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
3	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	37	115	2	0	17
	ИТОГО		1047	909	23	23	134
	2-я неделя / 5. пятница						
	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	200	258	5	8	42
3	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	40	124	2	0	18
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Гречишное зернышко	№ 138 сб. 2004 г.	300	125	3	3	23
2	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
4	Хлеб (порциями)	№ 1 сб. 2004 г.	30	93	2	0	14
	ИТОГО		1080	911	24	23	135
	2-я неделя / 6. суббота						
	Завтрак						
1	Цыплята запеченные (голень) (со сметаной)	ТТК №336	110	334	27	22	1
2	Макаронные изделия отварные	сб.2004 г. №516	200	249	7	6	43
3	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	20	93	2	0	14
	Завтрак 2						
1	Компот из кураги и чернослива	№638 сб. 2004 г.	200	104	1	0	26
2	Печенье сдобное, 1 шт		37	171	3	7	23
	ИТОГО		777	991	40	36	116

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ			Эн.цен. (Ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО			10774	325	479	1462

Заведующий производством



 (расшифровка подписи)