



Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 класс 2023 г.

Стоимость питания-75,80 руб.

с 07.11.2023 г.

№ п/п	День недели /Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г.)		
						Белки	Жиры	Углеводы
1-я неделя / 1. понедельник								
1	Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 355, ТТК №362	100	46,70	180	10	11	10
2	Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 160/20	С6.2004 г. №516, С6.1996 г. табл. №24	180	12,40	202	6	5	34
3	Чай с сахаром, 200/15	С6. 2004 г. №685	215	3,00	57	0	0	15
4	Хлеб целебный ржаной	С6.2004 г. №1	32	2,70	70	2	0	16
5	Изделие слоеное Круассан с начинкой, 1 шт.		27	11,00	90	1	6	14
	Итого		554	75,80	599	19	22	90
1-я неделя / 2. вторник								
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 286, ТТК № 362	100	46,70	205	12	11	12
2	Рис отварной	С6. 2004 г. №511	180	18,10	256	4	7	41
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	С6, 2004 г. №686	220	4,40	59	0	0	15
4	Хлеб Сельский	С6.2004 г. №1	23	1,80	71	1	0	10
5	Булочка Домашняя (с сахаром)	№ 769 С6. 2004 г.	50	4,80	185	4	6	28
	Итого		573	75,80	776	22	25	106
1-я неделя / 3. среда								
1	Филе минтая запеченное с овощами (поджарка)	С6.2017 г. №231	100	46,70	174	16	18	8
2	Пюре картофельное	С6.2004 г. №520	180	18,10	175	4	7	22
3	Чай с сахаром, 200/15	С6. 2004 г. №685	215	3,00	57	0	0	15
4	Батон	ТТК №27	27	1,60	68	2	1	13
5	Пряники Северные, 1 шт.		39	6,40	148	2	2	30
	Итого		561	75,80	622	24	27	89
1-я неделя / 4. четверг								
1	Салат из квашеной капусты	С6. рец. 2017 г., №45	100	10,50	83	2	5	8
2	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	100	47,90	250	21	15	4
3	Каша гречневая вязкая	С6.2004 г. №510 табл.4	180	10,80	189	5	7	27
4	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	4,30	77	0	0	19
5	Хлеб Сельский	С6.2004 г. №1	29	2,30	90	2	0	13
	Итого		609	75,80	689	30	27	70
1-я неделя / 5. пятница								
1	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным (фарш) с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 200/30	ТТК №102С, С6.1996 г., табл. №24	230	59,90	254	13	14	20
2	Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	ТТК №515С	217	5,10	55	0	0	14
3	Хлеб целебный ржаной	С6.2004 г. №1	30	2,60	66	2	0	15
4	Гребешки с повидлом	ТТК №214	75	8,20	210	5	3	41
	Итого		552	75,80	585	20	17	90
1-я неделя / 6. суббота								
1	Колбаса для детского питания отварная с соусом красным основным, 80/20	ТТК №103С	100	46,50	214	10	18	2
2	Макаронные изделия отварные	С6.2004 г. №516	180	9,80	225	6	6	38
3	Чай с сахаром, 200/15	С6. 2004 г. №685	215	3,00	57	0	0	15
4	Хлеб Сельский	С6.2004 г., №1	32	2,50	99	2	0	14
5	Печенье бисквитное Лотте Чокопай, 1 шт		28	14,00	123	1	5	18
	Итого		555	75,80	718	19	30	88
2-я неделя / 1. понедельник								
1	Гуляш из филе птицы, 50/50	№437 С6. 2004 г.	100	49,30	211	13	16	4
2	Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 180/10	С6.2004 г. №510 табл.4, С6. рец. 1996 г., табл. №24	190	12,80	190	5	7	27
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	С6, 2004 г. №686	222	5,00	59	0	0	15
4	Хлеб целебный ржаной	С6.2004 г. №1	37	3,20	75	3	0	17
5	Вафли неглазированные Белёк, 1 шт		20	5,50	99	1	5	9
	Итого		569	75,80	634	23	28	72

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 класс 2023 г.

Стоимость питания-75,80 руб.

с 07.11.2023 г.

№ п/п	День недели /Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г.)		
						Белки	Жиры	Углеводы
2-я неделя / 2. вторник								
1	Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 355, ТТК №362	100	46,70	180	10	11	10
2	Макаронные изделия отварные	С6. 2004 г. №516	180	9,80	225	6	6	38
3	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	5,60	54	1	0	14
4	Хлеб Сельский	С6.2004 г. №1	28	2,20	87	2	0	13
5	Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт		40	11,50	144	2	2	29
Итого			565	75,80	690	20	19	104
2-я неделя / 3. среда								
1	Салат из свежей капусты	С6. 2004 г., №43	100	7,70	88	2	5	9
2	Плов из филе цыплят, 50/150	С6. 2004 г. № 492	200	60,00	333	15	14	40
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	С6, 2004 г. №686	222	5,00	59	0	0	15
4	Хлеб целебный ржаной	С6. 2004 г., №1	36	3,10	79	3	0	18
Итого			558	75,80	559	19	20	84
2-я неделя / 4. четверг								
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 286, ТТК № 362	100	46,70	205	12	11	12
2	Пюре картофельное	С6. 2004 г. №520	180	18,10	175	4	7	22
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	4,30	77	0	0	19
4	Хлеб Сельский	С6.2004 г. №1	25	2,00	77	1	0	11
5	Булочка Ванильная	С6.2004 г. №773	50	4,70	159	4	4	27
Итого			555	75,80	693	21	22	90
2-я неделя / 5. пятница								
1	Котлета Крепыш с соусом красным основным, 75/25	ТТК № 356, ТТК № 362	100	48,00	227	13	14	11
2	Макаронные изделия отварные с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 190/30	С6. 2004 г. №516, С6. рец. 1996 г., табл. №24	220	15,80	240	7	6	41
3	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	9,10	68	0	0	17
4	Хлеб Сельский	С6.2004 г. №1	37	2,90	115	2	0	17
Итого			557	75,80	650	22	21	86
2-я неделя / 6. суббота								
1	Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 106/2 шт/20	С6. 2004 г. №413, ТТК №362	126	57,90	291	12	26	3
2	Каша пшеничная вязкая	С6.2004 г. №510, табл.4	180	7,20	187	5	6	29
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	С6. 2004 г. №685	222	5,00	59	0	0	15
4	Хлеб Сельский	С6.2004 г. №1	32	2,50	99	2	0	14
5	Булочка с маком/батон с маком	ТТК № 772 С6 рец 2004г	50	3,20	141	4	2	27
Итого			610	75,80	777	23	33	89

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ					Эн.цен	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО					7 992	261	290	1 057

Заведующий производством




расшифровка подписи