



Утверждаю  
Директор ООО "СОП"  
Евстигнеева С.А.

**Примерное двухнедельное меню для детей, нуждающихся в диетическом питании (стол №9) в образовательных учреждениях с односменным режимом работы**

**Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов 2024 г.**

**Стоимость питания - 81,20 руб.**

№ п/п	День недели /Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
<b>1-я неделя / 1. понедельник</b>							
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 286, ТТК № 362	100	205	12	11	12
2	Макаронные изделия отварные с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/50	сб.2004 г., №516, табл.№24 сб. 1996 г.	230	230	7	6	39
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	сб.2004 г. №1	29	90	2	0	13
<b>Итого</b>			<b>559</b>	<b>591</b>	<b>21</b>	<b>17</b>	<b>81</b>
<b>1-я неделя / 2. вторник</b>							
1	Салат из свежей капусты	сб. 2017 г. №45	100	88	1,55	5,08	9,39
2	Филе минтая запеченное с овощами	сб.2017 г., №231	100	174	16	18	8
3	Пюре картофельное	сб.2004 г., №520	180	175	4	7	22
4	Чай пакетированный (Нури) без сахара	№685 сб.2004 г.	200	0	0	0	0
5	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	сб.2004 г. №1	30	93	2	0	14
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>530</b>	<b>24</b>	<b>30</b>	<b>53</b>
<b>1-я неделя / 3. среда</b>							
2	Биточки Дружба с соусом сметанным, 80/20	ТТК № 355, №600 сб. 2004 г.	100	234	12	15	13
3	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/35	№510 табл.4 сб.2004 г., табл.№24 сб. 1996 г.	215	197	6	7	28
4	Чай пакетированный (Нури) без сахара с курагой, 200/7	ТТК №514С	207	54	1	0	14
5	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	сб.2004 г. №1	30	93	2	0	14
<b>Итого</b>			<b>552</b>	<b>578</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>68</b>
<b>1-я неделя / 4. четверг</b>							
1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	110	275	23	17	4
2	Рис отварной с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/30	2017 г. №304, табл.№24 сб. 1996 г.	210	259	5	7	41
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара	№685 сб. 2004 г.	200	0	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	сб.2004 г. №1	30	93	2	0	14
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>627</b>	<b>29</b>	<b>24</b>	<b>59</b>
<b>1-я неделя / 5. пятница</b>							
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, 180/40	№510 табл.4 сб.2004 г., табл.№24 сб. 1996 г.	220	193	6	7	27
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара с черносливом, 200/7	ТТК №515С	207	17	0	0	4
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	сб.2004 г. №1	23	71	1	0	10
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>508</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>53</b>
<b>1-я неделя / 6. суббота</b>							
1	Бутерброд с сыром (хлеб Целебный, Сельский), 30/20	сб.2004 г. №1	50	163	6	6	14
2	Сосиски отварные для детского питания с соусом красным основным, 80/20	сб.2004 г. №413, ТТК №362	100	189	8	17	1
3	Макаронные изделия отварные	сб.2004 г. №516	200	249	7	6	43
4	Чай пакетированный (Нури) без сахара	№685 сб. 2004 г.	200	0	0	0	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>601</b>	<b>21</b>	<b>29</b>	<b>57</b>

**Примерное двухнедельное меню для детей, нуждающихся в диетическом питании (стол №9) в образовательных учреждениях с односменным режимом работы**

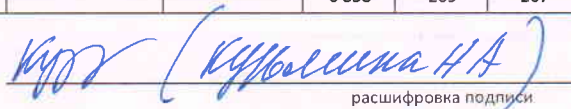
**Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов 2024 г.**

**Стоимость питания - 81,20 руб.**

№ п/п	День недели /Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
<b>2-я неделя / 1. понедельник</b>							
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 пакетированный (Нури) без сахара с черносливом, 200/7	ТТК №515С	207	17	0	0	4
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	Сб.2004 г. №1	27	84	1	0	12
<b>Итого</b>			<b>554</b>	<b>523</b>	<b>21</b>	<b>25</b>	<b>47</b>
<b>2-я неделя / 2. вторник</b>							
1	Овощи свежие (помидоры) порционно	табл.24 сб.1996	50	10	0,55	0,1	1,9
2	Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20	ТТК №355, ТТК №362	100	180	10	11	10
3	Макаронные изделия отварные	Сб.2004 г. №516	180	225	6	6	38
4	Чай пакетированный (Нури) без сахара	ТТК №512С	200	0	0	0	0
5	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	Сб.2004 г. №1	37	115	2	0	17
<b>Итого</b>			<b>567</b>	<b>530</b>	<b>19</b>	<b>17</b>	<b>67</b>
<b>2-я неделя / 3. среда</b>							
1	Салат из свежей капусты	Сб.2017 г. №45	100	88	2	5	9
2	Плов из филе цыплат, 50/170	Сб.2004 г. №492	220	353	15	15	44
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара с курагой, 200/7	ТТК №514С	207	54	1	0	14
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	Сб.2004 г. №1	47	146	3	0	21
<b>Итого</b>			<b>574</b>	<b>641</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>89</b>
<b>2-я неделя / 4. четверг</b>							
1	Свекла отварная (порционно)	ТТК №601С	100	31	1	0	8
2	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	ТТК №102С, сб. рец. 1996 г., табл. №24	220	272	14	15	20
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара с черносливом, 200/7	ТТК №515С	207	17	0	0	4
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	Сб.2004 г. №1	45	139	2	0	20
<b>Итого</b>			<b>572</b>	<b>459</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>52</b>
<b>2-я неделя / 5. пятница</b>							
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) с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/30	ТТК №300С, табл.№24 сб. 1996 г.	210	234	4	7	39
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара	ТТК №512С	200	0	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	Сб.2004 г. №1	40	124	2	0	18
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>563</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>68</b>
<b>2-я неделя / 6. суббота</b>							
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 пакетированный (Нури) без сахара	ТТК №512С	200	0	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	Сб.2004 г. №1	40	124	2	0	18
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>707</b>	<b>37</b>	<b>28</b>	<b>62</b>

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ			Эн.цен	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО			6 858	269	267	756

Заведующий производством

  
 (Kurlyshina N.A.)  
 расшифровка подписи