

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 1-4 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	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 180/5/15	№510 табл.4, №97 сб.2004 г.	200	299	11	11	39
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 сб.2004 г.	222	59	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№1 сб.2004 г.	28	87	2	0	13
4	Пирожное песочное, 1 шт		50	227	2	14	32
Обед							
1	Суп картофельный с горохом, с зеленью, 250/2	№139 сб.2004	252	143	5	4	22
2	Чай полусладкий, 200/10	ТТк №512С	210	40	0	0	10
3	Хлеб (порциями)	№1 сб.2004 г.	27	84	1	0	12
4	Изделие бисквитное, 2 шт		58	226	3	11	30
Итого			1047	1165	24	41	173
1-я неделя / 2. вторник							
Завтрак							
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК №286, ТТК №362	100	205	12	11	12
2	Макаронные изделия отварные	№516 сб. 2004 г.	170	213	6	5	36
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	№686 сб.2004 г.	220	58	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	№1 сб.2004 г.	33	102	2	0	15
Обед							
1	Суп картофельный Рисовое зернышко	№ 138 сб. 2004 г.	220	93	2	2	17
2	Напиток апельсиновый	ТТК №530С	200	68	0	0	17
3	Хлеб (порциями)	№ 1 сб. 2004 г.	29	90	2	0	13
4	Печенье бисквитное, 1 шт		28	123	1	5	18
Итого			1000	952	25	24	143
1-я неделя / 3. среда							
Завтрак							
1	Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/15	ТТК №100С, табл. №24 сб. 1996 г.	215	236	15	10	21
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 сб. 2004 г.	215	57	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№1 сб.2004 г.	40	124	2	0	18
4	Печенье формовое, 2 шт		30	141	2	5	21
Обед							
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 сб. 2004 г.	250	121	3	3	17
2	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	65	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№ 1 сб. 2004 г.	26	81	1	0	12
4	Десерт фруктовый (яблоко)		110	52	0	0	11
Итого			1086	877	25	20	129
1-я неделя / 4. четверг							
Завтрак							
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 сб. 2004 г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	№1 сб.2004 г.	31	96	2	0	14
5	Вафли неглазированные, 1 шт		20	99	1	5	9
Обед							
1	Суп картофельный Гречишное зернышко	№ 138 сб. 2004 г.	250	105	2	3	19
2	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
3	Хлеб (порциями)	№ 1 сб. 2004 г.	38	118	2	0	17
4	Печенье формовое, 1 шт		30	126	2	5	19
Итого			1024	1011	23	25	154
1-я неделя / 5. пятница							
Завтрак							
1	Цыпленок отварной (голень)	ТТК №287	100	250	21	15	4
2	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 сб.2004 г.	170	179	5	6	25
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 сб. 2004 г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	№1 сб.2004 г.	28	87	2	0	13
Обед							
1	Борщ с картофелем со свежей капустой, со сметаной, с зеленью, 250/3	№ 110 сб. 2004 г.	253	110	2	5	11
2	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	77	0	0	19
3	Хлеб (порциями)	№1 сб. 2004 г.	36	112	2	0	16
4	Печенье сдобное, 1 шт		37	171	3	7	23
Итого			1039	1043	35	35	125
1-я неделя / 6. суббота							
Завтрак							
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 сб.2004 г.	38	118	2	0	17
4	Изделие бисквитное, 1 шт		29	113	1	6	15
Завтрак 2							
1	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
2	Батончик шоколадный, 1 шт		26	144	3	9	13
Итого			726	824	18	28	117

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 1-4 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	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
Обед							
1	Суп картофельный с горохом	№ 139 с6. 2004 г.	250	142	5	4	22
2	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
3	Хлеб (порциями)	№ 1 с6. 2004 г.	32	99	2	0	14
4	Печенье бисквитное, 1 шт		28	123	1	5	18
Итого			1024	970	26	26	146
2-я неделя / 2. вторник							
Завтрак							
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
Обед							
1	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	№ 124 с6. 2004 г.	200	77	1	4	6
2	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
3	Хлеб (порциями)	С6. 2004 г. №1	28	87	2	0	13
4	Печенье формовое, 1 шт		30	126	2	5	19
Итого			967	895	21	35	109
2-я неделя / 3. среда							
Завтрак							
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. №78 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
Обед							
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 с6. 2004 г.	250	121	3	3	17
2	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
3	Хлеб (порциями)	№ 1 с6. 2004 г.	37	115	2	0	17
4	Десерт фруктовый (яблоко)		100	47	0	0	10
Итого			1089	834	24	25	111
2-я неделя / 4. четверг							
Завтрак							
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
Обед							
1	Рассольник ленинградский со сметаной (крупа перловая)	№ 132 с6. 2004 г.	250	131	2	6	20
2	Кофейный напиток с молоком	ТТК №504С	200	91	2	2	18
3	Хлеб (порциями)	С6. 2004 г. №1	34	105	2	0	15
4	Пряники, 1 шт		39	148	2	2	30
Итого			1024	1110	29	31	167
2-я неделя / 5. пятница							
Завтрак							
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
Обед							
1	Суп картофельный Гречишное зернышко	№138 с6. 2004 г.	250	105	2	3	19
2	Нектар в ассортименте	ТТК №500С	200	132	1	0	34
4	Хлеб (порциями)	№ 1 с6. 2004 г.	23	71	1	0	10
Итого			973	741	19	14	124
2-я неделя / 6. суббота							
Завтрак							
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.	29	90	2	0	13
4	Печенье сдобное, 1 шт		37	45	0	0	11
5	Пюре фруктовое, 1 шт		125	171	3	7	23
Завтрак 2							
1	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	78	0	0	19
2	Пряник в индивидуальной упаковке, 2 шт		80	289	4	4	59
Итого			848	951	15	19	173

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ			Эн. цен.	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО			11 373	287,43	324,21	1671,09
Заведующий производством			 расшндровка подписи			