

Согласовано
Директор



Утверждаю
Директор ООО "СОП"
Евстигнеева С.А.

Примерное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

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

Стоимость питания - 81,20 руб.

Вид меню: Горячий завтрак для детей из многодетных семей 2024 г.

Стоимость питания - 70,34 руб. (скидка - 10,86 руб.)

с 07.11.2024 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 | 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. | 180 | 225 | 6 | 6 | 38 |
| 3 | Напиток из шиповника с апельсином | ТТК №501С | 200 | 66 | 0 | 0 | 17 |
| 4 | Хлеб (порциями) | №1 с6. 2004 г. | 33 | 102 | 2 | 0 | 15 |
| 5 | Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт | | 40 | 144 | 2 | 2 | 29 |
| | Итого | | 553 | 742 | 23 | 19 | 111 |
| 1-я неделя / 2. вторник | | | | | | | |
| 1 | Гуляш из филе птицы, 50/50 | №437 с6. 2004 г. | 100 | 211 | 13 | 16 | 4 |
| 2 | Пюре картофельное | №520 с6.2004 г. | 180 | 175 | 4 | 7 | 22 |
| 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. | 33 | 102 | 2 | 0 | 15 |
| 5 | Печенье формовое, 1 шт | | 15 | 70 | 1 | 3 | 10 |
| | Итого | | 550 | 617 | 20 | 26 | 66 |
| 1-я неделя / 3. среда | | | | | | | |
| 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) | №1 с6.2004 г. | 34 | 105 | 2 | 0 | 15 |
| | Итого | | 566 | 590 | 21 | 22 | 70 |
| 1-я неделя / 4. четверг | | | | | | | |
| 1 | Рыба, тушенная в томате с овощами (филе минтая) | №374 с6. 2004 | 100 | 109 | 10 | 5 | 9 |
| 2 | Рис отварной с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/35 | №304 с6.2017 г., табл. №24 с6. 1996 г. | 215 | 259 | 5 | 7 | 41 |
| 3 | Компот из ягод | ТТК №506С | 200 | 66 | 0 | 0 | 16 |
| 4 | Хлеб (порциями) | №1 с6. 2004 г. | 35 | 108 | 2 | 0 | 16 |
| | Итого | | 550 | 542 | 17 | 12 | 83 |
| 1-я неделя / 5. пятница | | | | | | | |
| 1 | Салат из свежей капусты | №45 с6. 2017г. | 100 | 88 | 2 | 5 | 9 |
| 2 | Котлеты Крепыш с соусом красным основным, 75/25 | ТТК №336, ТТК №362 | 100 | 227 | 13 | 14 | 11 |
| 3 | Каша гречневая вязкая | №510 табл.4 с6.2004 г | 180 | 189 | 5 | 7 | 27 |
| 4 | Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7 | ТТК №515С | 217 | 55 | 0 | 0 | 14 |
| 5 | Хлеб (порциями) | №1 с6. 2004 г. | 28 | 87 | 2 | 0 | 13 |
| | Итого | | 625 | 646 | 21 | 26 | 74 |
| 1-я неделя / 6. суббота | | | | | | | |
| 1 | Сосиски отварные для детского питания с соусом красным основным, 80/20 | №413 с6. 2004 г., ТТК №362 | 100 | 189 | 8 | 17 | 1 |
| 2 | Макаронные изделия отварные | №516 с6.2004 г. | 190 | 238 | 7 | 6 | 40 |
| 3 | Чай полусладкий, 200/10 | ТТК №512С | 210 | 40 | 0 | 0 | 10 |
| 4 | Хлеб (порциями) | №1 с6. 2004 г. | 22 | 68 | 1 | 0 | 10 |
| 5 | Печенье бисквитное Лотте Чокопай, 1 шт | | 28 | 123 | 1 | 5 | 18 |
| | Итого | | 550 | 658 | 17 | 28 | 80 |
| 2-я неделя / 1. понедельник | | | | | | | |
| 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) | №1 с6. 2004 г. | 40 | 124 | 2 | 0 | 18 |
| | Итого | | 550 | 627 | 19 | 19 | 82 |

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

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

Стоимость питания - 81,20 руб.

Вид меню: Горячий завтрак для детей из многодетных семей 2024 г.

Стоимость питания - 70,34 руб. (скидка - 10,86 руб.)

с 07.11.2024 г.

| № п/п | День недели /Блюдо | Номер рецептуры | Выход одного блюда, г. | Энерг. цен. (Ккал) | Пищевые вещества, (г.) | | |
|-------------------------|---|--|------------------------|--------------------|------------------------|------|----------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы |
| 2-я неделя / 2.вторник | | | | | | | |
| 1 | Цыплята отварные (голень) | ТТК №287 | 110 | 275 | 23 | 17 | 4 |
| 2 | Макаронные изделия отварные с доп.гарниром горошек зеленый консервированный, припущенный. 200/10 | №516 сб.2004 г., ТТК №602С | 210 | 253 | 7 | 6 | 43 |
| 3 | Напиток апельсиновый | ТТК №510С | 200 | 68 | 0 | 0 | 17 |
| 4 | Хлеб (порциями) | №1 сб. 2004 г. | 30 | 93 | 2 | 0 | 14 |
| Итого | | | 550 | 689 | 32 | 24 | 77 |
| 2-я неделя / 3.среда | | | | | | | |
| 1 | Салат из квашеной капусты | №81 сб. 2002 г. | 100 | 83 | 2 | 5 | 8 |
| 2 | Плов из филе цыплят, 50/170 | № 492 сб. 2004 г. | 220 | 353 | 15 | 15 | 44 |
| 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. | 28 | 87 | 2 | 0 | 13 |
| Итого | | | 568 | 581 | 19 | 20 | 80 |
| 2-я неделя / 4. четверг | | | | | | | |
| 1 | Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 215/40 | ТТК №102С, сб. рец. 1996 г., табл. №24 | 255 | 304 | 16 | 17 | 21 |
| 2 | Чай с сахаром, 200/15 | №685 сб. 2004 г. | 215 | 57 | 0 | 0 | 15 |
| 3 | Хлеб (порциями) | №1 сб. 2004 г. | 41 | 127 | 2 | 0 | 18 |
| 4 | Пряники Северные или Зареченские, 1 шт | | 39 | 148 | 2 | 2 | 30 |
| Итого | | | 550 | 636 | 21 | 19 | 85 |
| 2-я неделя / 5.пятница | | | | | | | |
| 1 | Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20 | ТТК №355, ТТК №362 | 100 | 180 | 10 | 11 | 10 |
| 2 | Макаронные изделия отварные | №516 сб.2004 г. | 180 | 225 | 6 | 6 | 38 |
| 3 | Кофейный напиток | ТТК №503С | 200 | 77 | 0 | 0 | 19 |
| 4 | Хлеб (порциями) | №1 сб. 2004 г. | 34 | 105 | 2 | 0 | 15 |
| 5 | Печенье сдобное Домашнее, 1 шт | | 37 | 171 | 3 | 7 | 23 |
| Итого | | | 551 | 758 | 21 | 25 | 106 |
| 2-я неделя / 6.суббота | | | | | | | |
| 1 | Сосиски отварные для детского питания с соусом красным основным, 80/20 | №413 сб. 2004 г., ТТК №362 | 100 | 189 | 8 | 17 | 1 |
| 2 | Каша гречневая вязкая | №510 табл.4 сб.2004 г | 180 | 189 | 5 | 7 | 27 |
| 3 | Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7 | ТТК №515С | 217 | 55 | 0 | 0 | 14 |
| 4 | Хлеб (порциями) | №1 сб. 2004 г. | 30 | 93 | 2 | 0 | 14 |
| 5 | Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт | | 39 | 208 | 2 | 11 | 25 |
| Итого | | | 566 | 734 | 18 | 35 | 80 |

| ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ | | | Эн.цен | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------------------|--|--|--------|-------|------|----------|
| ВСЕГО | | | 7 820 | 247 | 275 | 994 |

Заведующий производством

Курьян

Курьян Н.А.
расшифровка подписи