

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 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							
Завтрак							
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
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	Гуляш из филе птицы, 50/50	№437 с6. 2004 г.	100	211	13	16	4
2	Пюре картофельное	с6.2004 г. №520	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
Обед							
1	Суп картофельный с крупой Рисовое зернышко	№ 138 с6. 2004 г.	250	103	2	3	20
2	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	68	0	0	17
3	Хлеб (порциями)	№1 с6. 2004 г.	36	112	2	0	16
ИТОГО			1036	900	24	29	119
1-я неделя / 3. среда							
Завтрак							
1	Биточки Дружба с соусом сметанным, 80/20	ТТК № 355, №600 с6.	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
Обед							
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 с6. 2004 г.	300	145	3	3	20
2	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	65	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№1 с6. 2004 г.	35	108	2	0	16
ИТОГО			1101	908	26	25	121
1-я неделя / 4. четверг							
Завтрак							
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
Обед							
1	Суп картофельный с крупой Гречишное зернышко	№ 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)	№1 с6. 2004 г.	22	68	1	0	10
4	Вафли неглазированные Белек, 1 шт		20	99	1	5	9
ИТОГО			1062	872	22	20	136
1-я неделя / 5. пятница							
Завтрак							
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
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			1108	934	25	32	118
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	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб (порциями)	№1 с6. 2004 г.	20	62	1	0	9
5	Печенье бисквитное Лотте Чокопай, 1 шт		28	123	1	5	18
Завтрак 2							
1	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	78	0	0	19
2	Изделие бисквитное Мини Маффины, 1 шт		29	113	1	6	15
ИТОГО			777	843	18	34	113

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 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 / 1. понедельник							
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)	№1 с6. 2004 г.	40	124	2	0	18
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			1083	1085	29	29	157
2-я неделя / 2. вторник							
Завтрак							
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 с6.2004 г., ТТК №602С	210	253	7	6	43
3	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	68	0	0	17
4	Хлеб (порциями)	№1 с6. 2004 г.	30	93	2	0	14
Обед							
1	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	№ 124 с6. 2004 г.	250	94	2	6	8
2	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	54	1	0	14
3	Хлеб (порциями)	№1 с6. 2004 г.	32	99	2	0	14
ИТОГО			1049	936	36	30	113
2-я неделя / 3. среда							
Завтрак							
1	Салат из квашеной капусты	№81 с6. 2002 г.	100	83	2	5	8
2	Плов из филе цыплят, 50/170	№ 492 с6. 2004 г.	220	353	15	15	44
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	№686 с6.2004 г.	220	58	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	№1 с6. 2004 г.	28	87	2	0	13
Обед							
1	Суп картофельный с крупой Гречишное зёрнышко	№138 с6.2004	270	113	2	3	21
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6. 2004 г.	215	57	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№ 1 с6. 2004 г.	32	99	2	0	14
4	Вафли неглазированные Белек, 1 шт		20	99	1	5	9
ИТОГО			1105	949	24	28	139
2-я неделя / 4. четверг							
Завтрак							
1	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 215/40	ТТК №102С, с6. рец. 1996 г., табл. №24	255	304	16	17	21
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6. 2004 г.	215	57	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	№1 с6. 2004 г.	41	127	2	0	18
4	Пряники Северные или Зареченские, 1 шт		39	148	2	2	30
Обед							
1	Рассольник ленинградский со сметаной (крупя перловая)	№ 132 с6. 2004 г.	250	131	2	6	20
2	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
3	Хлеб (порциями)	№1 с6. 2004 г.	37	115	2	0	17
ИТОГО			1047	922	25	25	132
2-я неделя / 5. пятница							
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.	180	225	6	6	38
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	77	0	0	19
4	Хлеб (порциями)	№1 с6. 2004 г.	34	105	2	0	15
5	Печенье сдобное Домашнее, 1 шт		37	171	3	7	23
Обед							
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 с6.2004 г.	300	145	3	3	20
2	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
3	Хлеб (порциями)	№ 1 с6. 2004 г.	29	90	2	0	13
ИТОГО			1080	1059	26	28	156
2-я неделя / 6. суббота							
Завтрак							
1	Сосиски отварные для детского питания с соусом красным основным, 80/20	№413 с6. 2004 г., ТТК №362	100	189	8	17	1
2	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004 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 с6. 2004 г.	41	127	2	0	18
5	Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт		39	208	2	11	25
Завтрак 2							
1	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004 г.	222	59	0	0	15
2	Печенье бисквитное Лотте Чоколай, 1 шт		28	123	1	5	18
ИТОГО			827	950	20	40	118

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ			Эн.цен. (Ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО			11558	307	350	1607

Заведующий производством



 (расшифровка подписи)