

Согласовано

Директор

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

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

Стоимость питания - 81,20 руб.

с 04.11.2024 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 с доп.гарниром сыр твёрдый порционно, 200/20	№516 сб.2004 г., №97 сб.2004 г.	220	311	12	12	43
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара	ТТК №512С	200	0	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	№1 сб.2004 г.	30	93	2	0	14
	Скидка						
	Итого		550	609	26	23	68
1-я неделя / 2. вторник							
2	Гуляш из филе птицы, 50/50	№437 сб. 2004 г.	100	211	13	16	4
3	Пюре картофельное с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/20	№520 сб.2004 г., табл.№24 сб. 1996 г.	220	196	4	7	25
4	Чай пакетированный (Нури) без сахара	ТТК №512С	200	0	0	0	0
5	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	№1 сб.2004 г.	30	93	2	0	14
	Скидка						
	Итого		550	500	19	24	42
1-я неделя / 3. среда							
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)	№1 сб.2004 г.	30	93	2	0	14
	Итого		552	578	20	22	68
1-я неделя / 4. четверг							
1	Рыба, тушенная в томате с овощами (филе минтая)	№374 сб.2004	100	109	10	5	9
2	Рис отварной с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 190/35	№304 сб.2017 г., табл.№24 сб. 1996 г.	225	273	5	8	44
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	№1 сб.2004 г.	31	96	2	0	14
	Итого		556	544	17	13	83
1-я неделя / 5. пятница							
1	Салат из свежей капусты		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 сб.2004 г.	180	189	5	7	27
4	Чай пакетированный (Нури) без сахара с черносливом, 200/7	ТТК №515С	207	17	0	0	4
5	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	№1 сб.2004 г.	25	77	1	0	11
	Итого		612	598	21	26	63
1-я неделя / 6. суббота							
1	Бутерброд с сыром (хлеб Целебный, Сельский), 30/20	ТТК №600С	50	163	6	6	14
2	Сосиски отварные для детского питания с соусом красным основным, 80/20	№413 сб. 2004 г., ТТК №362	100	189	8	17	1
3	Макаронные изделия отварные	№516 сб. 2004 г.	200	249	7	6	43
4	Чай пакетированный (Нури) без сахара	ТТК №512С	200	0	0	0	0
	Скидка						
	Итого		550	601	21	29	57

Примерное двухнедельное меню для детей, нуждающихся в диетическом питании (стол №9) в образовательных учреждениях с одноменным 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
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) 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)	№1 сб.2004 г.	40	124	2	0	18
	Скидка						
	Итого		550	563	19	18	68
2-я неделя / 2. вторник							
1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	110	275	23	17	4
2	Макаронные изделия отварные с доп.гарниром сыр твердый порционно, 200/15	№516 сб.2004 г., №97 сб.2004 г.	215	295	10	10	43
3	Чай пакетированный (Нури) без сахара	ТТК №512С	200	0	0	0	0
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	№1 сб.2004 г.	25	77	1	0	11
	Скидка						
	Итого		550	647	35	27	58
2-я неделя / 3. среда							
1	Салат из свежей капусты	№ 45 сб. 2017 г.	100	88	2	5	9
2	Плов из филе цыплят, 50/170	№ 492 сб. 2004 г.	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)	№1 сб.2004 г.	47	146	3	0	21
	Скидка						
	Итого		574	641	20	20	89
2-я неделя / 4. четверг							
1	Свекла отварная (порционно)	ТТК №601С	100	31	1	0	8
2	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	ТТК №102С	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)	№1 сб.2004 г.	45	139	2	0	20
	Скидка						
	Итого		572	459	18	16	52
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 с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/35	№516 сб.2004 г., табл.№24 сб. 1996 г.	235	253	7	6	43
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
4	Хлеб (порциями)/(Целебный, Сельский)	№1 сб.2004 г.	32	99	2	0	14
	Скидка						
	Итого		567	598	19	18	85
2-я неделя / 6. суббота							
1	Бутерброд с сыром (хлеб Целебный, Сельский), 30/20	ТТК №600С	50	163	6	6	14
2	Сосиски отварные для детского питания с соусом красным основным, 80/20	№413 сб. 2004 г., ТТК №362	100	189	8	17	1
3	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 сб.2004 г	200	210	6	7	30
4	Чай пакетированный (Нури) без сахара	ТТК №512С	200	0	0	0	0
	Скидка						
	Итого		550	562	20	30	44

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ	Эн.цен	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО	6 900	255	265	777

Заведующий производством

Курь

Курьшенина ИА

расшифровка подписи