

Согласовано

Директор



Утверждаю

Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов 2024 г.

Стоимость питания - 66,76 руб.

с 07.11.2024 г.

№ п/п	День недели / Блюдо	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
1-я неделя / 1. понедельник							
1	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 200/10	210	29,80	297	6	12	42
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5,70	59	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	35	3,26	108	2	0	16
4	Пирожное песочное Лакомка, 1 шт	50	28,00	227	2	14	32
	Итого	517	66,76	691	10	26	105
1-я неделя / 2. вторник							
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	100	48,60	205	12	11	12
2	Макаронные изделия отварные	170	10,20	213	6	5	36
3	Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	6,00	55	0	0	14
4	Хлеб (порциями)	21	1,96	65	1	0	9
	Итого	508	66,76	538	20	16	71
1-я неделя / 3. среда							
1	Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/15	215	56,00	236	15	10	21
2	Чай с сахаром, 200/15	215	3,10	57	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	40	2,46	124	2	0	18
4	Печенье формовое, 2 шт	30	5,20	141	2	5	21
	Итого	500	66,76	558	20	16	75
1-я неделя / 4. четверг							
1	Свекла отварная	60	5,80	18	1	0	5
2	Плов с мясом говядины рубленным, 30/150	180	49,00	326	13	13	40
3	Чай с сахаром, 200/15	215	3,10	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	31	2,86	96	2	0	14
5	Вафли неглазированные Белёк, 1 шт	20	6,00	99	1	5	9
	Итого	506	66,76	596	16	18	82
1-я неделя / 5. пятница							
1	Гуляш из филе птицы, 50/50	100	48,60	211	13	16	4
2	Макаронные изделия отварные	170	10,20	213	6	5	36
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5,70	59	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	25	2,26	77	1	0	11
	Итого	517	66,76	560	20	22	66
1-я неделя / 6. суббота							
1	Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	100	48,10	189	8	17	1
2	Каша гречневая вязкая	180	11,50	189	5	7	27
3	Кофейный напиток	200	4,50	77	0	0	19
4	Хлеб (порциями)	29	2,66	90	2	0	14
	Итого	509	66,76	545	15	24	60
2-я неделя / 1. понедельник							
1	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, яйцо вареное, 200/5/48/1 шт	253	41,70	328	13	13	40
2	Напиток витаминный	200	14,60	78	0	0	19
3	Хлеб (порциями)	37	3,46	115	2	0	17
4	Пряники (Северные или Зареченские), 1 шт	39	7,00	148	2	2	30
	Итого	529	66,76	669	17	16	106
2-я неделя / 2. вторник							
1	Свекла отварная	60	5,80	18	1	0	5
2	Плов из цыплят, 40/160	200	51,40	305	13	11	43
3	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	6,00	54	1	0	14
4	Хлеб (порциями)	38	3,56	118	2	0	17
	Итого	515	66,76	495	16	12	78

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов 2024 г.

Стоимость питания - 66,76 руб.

с 07.11.2024 г.

№ п/п	День недели / Блюдо	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
2-я неделя / 3.среда							
1	Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20	100	50,80	180	10	11	10
2	Макаронные изделия отварные	170	10,20	213	6	5	36
3	Чай с сахаром, 200/15	215	3,10	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	29	2,66	90	2	0	13
	Итого	514	66,76	540	17	17	75
2-я неделя / 4. четверг							
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	100	48,60	205	12	11	12
2	Каша гречневая вязкая	150	9,60	158	5	6	22
3	Чай с сахаром, 200/15	215	3,10	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	31	2,86	96	2	0	14
5	Печенье формовое, 1 шт	15	2,60	70	1	3	10
	Итого	511	66,76	586	20	19	73
2-я неделя / 5. пятница							
1	Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая)	100	42,20	109	10	5	9
2	Пюре картофельное	150	17,90	146	3	5	18
3	Чай с сахаром, 200/15	215	3,10	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	38	3,56	118	2	0	17
	Итого	503	66,76	430	15	10	60
2-я неделя / 6. суббота							
1	Паста с сыром, 150/25	175	30,30	264	11	11	32
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4,90	58	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	17	1,56	53	1	0	8
4	Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт	125	30,00	45	0	0	11
	Итого	537	66,76	420	12	12	66
ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ ВСЕГО				Эн.цен. 6 628	Белки 199,13	Жиры 207,09	Углеводы 917,58

Заведующий производством

Курко

Курьякина ИА
информация подписи