



Утверждаю  
Директор  
Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс 2023 г.

Стоимость питания - 64,19 руб.

с 01.04.2023 г.

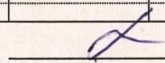
| № п/п                              | День недели / Блюдо  | Номер рецептуры                         | Выход одного блюда, г. | Цена, руб.   | Энерг. цен. (Ккал) | Пищевые вещества, (г) |           |           |
|------------------------------------|--|---|------------------------|--------------|--------------------|-----------------------|-----------|-----------|
|                                    |  |   |                        |              |                    | Белки                 | Жиры      | Углеводы  |
| <b>1-я неделя / 1. понедельник</b> |  |   |                        |              |                    |                       |           |           |
| 1                                  | Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20 (п/ф 99 г.)  | ТТК № 355, ТТК №362                     | 100                    | 40,80        | 180                | 10                    | 11        | 10        |
| 2                                  | Каша гречневая вязкая  | №510 табл.4 сб.2004 г.                  | 160                    | 11,40        | 169                | 5                     | 6         | 24        |
| 3                                  | Компот из ягод   | ТТК №359                                | 200                    | 6,90         | 66                 | 0                     | 0         | 16        |
| 4                                  | Хлеб белый   | №1 сб.2004 г.                           | 30                     | 2,59         | 73                 | 2                     | 0         | 15        |
| 5                                  | Печенье формовое К кофе, 1 шт.   |   | 11                     | 2,50         | 52                 | 1                     | 2         | 8         |
|                                    | <b>Итого</b>   |   | <b>501</b>             | <b>64,19</b> | <b>540</b>         | <b>18</b>             | <b>19</b> | <b>73</b> |
| <b>1-я неделя / 2. вторник</b>     |  |   |                        |              |                    |                       |           |           |
| 1                                  | Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 40/160/10 | ТТК №100С, сборн.1996 г., табл.24       | 210                    | 46,60        | 300                | 12                    | 19        | 21        |
| 2                                  | Чай полусладкий  | ТТК №395                                | 200                    | 2,20         | 38                 | 0                     | 0         | 10        |
| 3                                  | Батон  | ТТК №27                                 | 47                     | 2,89         | 117                | 3                     | 1         | 23        |
| 4                                  | Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт.  |   | 48                     | 12,50        | 173                | 2                     | 3         | 35        |
|                                    | <b>Итого</b>   |   | <b>505</b>             | <b>64,19</b> | <b>628</b>         | <b>18</b>             | <b>23</b> | <b>89</b> |
| <b>1-я неделя / 3. среда</b>       |  |   |                        |              |                    |                       |           |           |
| 1                                  | Гуляш из филе индейки, 55/55   | ТТК №101С                               | 110                    | 47,50        | 141                | 18                    | 5         | 4         |
| 2                                  | Макаронные изделия отварные  | №516 сб.2004 г.                         | 160                    | 9,00         | 200                | 6                     | 5         | 34        |
| 3                                  | Кофейный напиток   | ТТК №307                                | 200                    | 4,10         | 62                 | 1                     | 0         | 15        |
| 4                                  | Хлеб белый   | №1 сб.2004 г.                           | 42                     | 3,59         | 102                | 3                     | 0         | 21        |
|                                    | <b>Итого</b>   |   | <b>512</b>             | <b>64,19</b> | <b>505</b>         | <b>28</b>             | <b>11</b> | <b>74</b> |
| <b>1-я неделя / 4. четверг</b>     |  |   |                        |              |                    |                       |           |           |
| 1                                  | Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1 шт.                   | №510 табл.4 сб.2004 г., №337 сб.2004 г. | 228                    | 30,10        | 292                | 11                    | 15        | 28        |
| 2                                  | Напиток из шиповника с апельсином  | ТТК №501С                               | 200                    | 5,80         | 66                 | 0                     | 0         | 17        |
| 3                                  | Батон  | ТТК №27                                 | 30                     | 1,79         | 75                 | 2                     | 1         | 14        |
| 4                                  | Пирожное песочное Лакомка, 1 шт.   |   | 50                     | 26,50        | 227                | 2                     | 14        | 32        |
|                                    | <b>Итого</b>   |   | <b>508</b>             | <b>64,19</b> | <b>660</b>         | <b>16</b>             | <b>30</b> | <b>92</b> |
| <b>1-я неделя / 5. пятница</b>     |  |   |                        |              |                    |                       |           |           |
| 1                                  | Овощи свежие (огурцы) порционно  | табл. № 24 сб.2004 г.                   | 65                     | 13,30        | 7                  | 0                     | 0         | 1         |
| 2                                  | Плов из филе цыплят, 40/170  | №492 сб.2004 г.                         | 210                    | 42,90        | 318                | 13                    | 12        | 46        |
| 3                                  | Чай с сахаром и лимоном, 200/7   | №686 сб.2004 г.                         | 207                    | 4,40         | 59                 | 0                     | 0         | 15        |
| 4                                  | Хлеб белый   | №1 сб.2004 г.                           | 42                     | 3,59         | 102                | 3                     | 0         | 21        |
|                                    | <b>Итого</b>   |   | <b>524</b>             | <b>64,19</b> | <b>486</b>         | <b>17</b>             | <b>12</b> | <b>84</b> |
| <b>1-я неделя / 6. суббота</b>     |  |   |                        |              |                    |                       |           |           |
| 1                                  | Бутерброд с сыром, 30/30   | ТТК №600С                               | 60                     | 29,49        | 178                | 9                     | 8         | 15        |
| 2                                  | Каша молочная Дружба с маслом сливочным, 170/5   | ТТК №84                                 | 175                    | 16,70        | 183                | 5                     | 3         | 33        |
| 3                                  | Напиток лимонный   | ТТК №169                                | 200                    | 5,20         | 62                 | 0                     | 0         | 15        |
| 4                                  | Десерт фруктовый (яблоко)  | ТТК №389                                | 110                    | 12,80        | 52                 | 0                     | 0         | 11        |
|                                    | <b>Итого</b>   |   | <b>545</b>             | <b>64,19</b> | <b>475</b>         | <b>15</b>             | <b>12</b> | <b>74</b> |
| <b>2-я неделя / 1. понедельник</b> |  |   |                        |              |                    |                       |           |           |
| 1                                  | Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20 (п/ф 99 г.)  | ТТК №355, ТТК №362                      | 100                    | 40,80        | 180                | 10                    | 11        | 10        |
| 2                                  | Макаронные изделия отварные с зел.горошком консерв., припущенным, 170/20                           | №516 сб.2004 г.                         | 190                    | 14,90        | 220                | 7                     | 5         | 37        |
| 3                                  | Компот из ягод   | ТТК №359                                | 200                    | 6,90         | 66                 | 0                     | 0         | 16        |
| 4                                  | Батон  | ТТК №27                                 | 26                     | 1,59         | 65                 | 2                     | 1         | 13        |
|                                    | <b>Итого</b>   |   | <b>516</b>             | <b>64,19</b> | <b>531</b>         | <b>18</b>             | <b>17</b> | <b>77</b> |
| <b>2-я неделя / 2. вторник</b>     |  |   |                        |              |                    |                       |           |           |
| 1                                  | Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20  | №413 сб.2004 г., ТТК №362               | 100                    | 41,70        | 189                | 8                     | 17        | 1         |
| 2                                  | Каша пшеничная вязкая  | №510 табл.4 сб.2004 г.                  | 160                    | 6,60         | 166                | 4                     | 5         | 26        |
| 3                                  | Напиток витаминный   | ТТК №358                                | 200                    | 10,80        | 78                 | 0                     | 0         | 0         |
| 4                                  | Хлеб белый   | №1 сб.2004 г.                           | 22                     | 1,89         | 53                 | 2                     | 0         | 11        |
| 5                                  | Булочка с кунжутом/батон с кунжутом  | №772 сб.2004 г.                         | 50                     | 3,20         | 141                | 4                     | 2         | 27        |
|                                    | <b>Итого</b>   |   | <b>532</b>             | <b>64,19</b> | <b>627</b>         | <b>18</b>             | <b>24</b> | <b>65</b> |
| <b>2-я неделя / 3. среда</b>       |  |   |                        |              |                    |                       |           |           |
| 1                                  | Биточки рыбные с соусом красным основным, 80/20 (п/ф 93 г.)  | №388 сб.2004 г., ТТК №362               | 100                    | 34,80        | 146                | 10                    | 6         | 13        |
| 2                                  | Пюре картофельное  | №520 сб.2004 г.                         | 160                    | 18,40        | 155                | 3                     | 6         | 19        |
| 3                                  | Напиток апельсиновый   | ТТК №169                                | 200                    | 6,70         | 65                 | 0                     | 0         | 17        |
| 4                                  | Батон  | ТТК № 27                                | 30                     | 1,79         | 75                 | 2                     | 1         | 14        |
| 5                                  | Печенье формовое К кофе, 1 шт.   |   | 11                     | 2,50         | 52                 | 1                     | 2         | 8         |
|                                    | <b>Итого</b>   |   | <b>501</b>             | <b>64,19</b> | <b>493</b>         | <b>17</b>             | <b>14</b> | <b>71</b> |

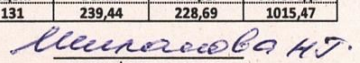
Стоимость питания - 64,19 руб.

с 01.04.2023 г.

| № п/п   | День недели / Блюдо  | Номер рецептуры            | Выход одного блюда, г. | Цена, руб.   | Энерг. цен. (Ккал) | Пищевые вещества, (г) |               |                 |
|---|--|----------------------------|------------------------|--------------|--------------------|-----------------------|---------------|-----------------|
|   |  |                            |                        |              |                    | Белки                 | Жиры          | Углеводы        |
| <b>2-я неделя / 4. четверг</b>                |  |                            |                        |              |                    |                       |               |                 |
| 1   | Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20 (п/ф 95 г.)        | ТТК №286, ТТК №362         | 100                    | 39,70        | 205                | 12                    | 11            | 12              |
| 2   | Каша гречневая вязкая  | №510 табл.4 сб.2004 г.     | 170                    | 12,00        | 179                | 5                     | 6             | 25              |
| 3   | Чай с сахаром  | №685 сб.2004 г.            | 200                    | 2,90         | 57                 | 0                     | 0             | 15              |
| 4   | Хлеб белый   | №1 сб.2004 г.              | 37                     | 3,19         | 90                 | 3                     | 0             | 19              |
| 5   | Пряник Северный, 1 шт.   |                            | 40                     | 6,40         | 152                | 2                     | 2             | 31              |
| <b>Итого</b>                                  |  |                            | <b>547</b>             | <b>64,19</b> | <b>683</b>         | <b>23</b>             | <b>19</b>     | <b>102</b>      |
| <b>2-я неделя / 5. пятница</b>                |  |                            |                        |              |                    |                       |               |                 |
| 1   | Цыпленок запеченный (голень)   | ТТК №336                   | 110                    | 45,60        | 334                | 27                    | 22            | 1               |
| 2   | Макаронные изделия отварные с зел.горошком консерв., припущенным, 150/10 | №516 сб.2004 г., ТТК №602С | 160                    | 11,10        | 190                | 6                     | 5             | 33              |
| 3   | Чай с сахаром и лимоном, 200/7   | №686 сб.2004 г.            | 207                    | 4,40         | 59                 | 0                     | 0             | 15              |
| 4   | Хлеб белый   | №1 сб.2004 г.              | 36                     | 3,09         | 87                 | 3                     | 0             | 18              |
| <b>Итого</b>                                  |  |                            | <b>513</b>             | <b>64,19</b> | <b>670</b>         | <b>36</b>             | <b>27</b>     | <b>67</b>       |
| <b>2-я неделя / 6. суббота</b>                |  |                            |                        |              |                    |                       |               |                 |
| 1   | Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/5                   | №510 табл.4 сб.2004 г.     | 185                    | 18,70        | 236                | 5                     | 7             | 37              |
| 2   | Нектар в ассортименте  | ТТК №500С                  | 200                    | 16,00        | 132                | 1                     | 0             | 34              |
| 3   | Хлеб белый   | №1 сб.2004 г.              | 31                     | 2,69         | 75                 | 2                     | 0             | 16              |
| 4   | Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3                                 | ТТК №161                   | 113                    | 26,80        | 390                | 7                     | 14            | 61              |
| <b>Итого</b>                                  |  |                            | <b>529</b>             | <b>64,19</b> | <b>833</b>         | <b>15</b>             | <b>21</b>     | <b>148</b>      |
| <b>ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ ВСЕГО</b> |  |                            |                        |              | <b>Эн.цен.</b>     | <b>Белки</b>          | <b>Жиры</b>   | <b>Углеводы</b> |
|   |  |                            |                        |              | <b>7 131</b>       | <b>239,44</b>         | <b>228,69</b> | <b>1015,47</b>  |

Заведующий производством



  
расшифровка подписи