



Согласовано

Директор

*Муртаева И.Б.*

Утверждаю

Директор ООО "СОП"

*Евстигнеева С.А.*

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 класс 2023 г.

Стоимость питания-75,80 руб.

с 1.09.2023 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	46,70	180	10	11	10
2	Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/20	С6.2004 г. №516, С6.1996 г. табл. №24	200	12,40	227	6	6	39
3	Чай с сахаром, 200/15	С6.2004 г. №685	215	3,00	57	0	0	15
4	Хлеб целебный ржаной	С6.2004 г. №1	32	2,70	70	2	0	16
5	Круассан с начинкой, 1 шт.		27	11,00	90	1	6	14
	<b>Итого</b>		<b>574</b>	<b>75,80</b>	<b>624</b>	<b>19</b>	<b>23</b>	<b>95</b>
<b>1-я неделя / 2. вторник</b>								
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 286, ТТК № 362	100	46,70	205	12	11	12
2	Рис отварной	С6.2004 г. №511	180	18,10	256	4	7	41
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	С6.2004 г. №686	220	4,40	59	0	0	15
4	Хлеб белый	С6.2004 г. №1	24	1,90	58	2	0	12
4	Булочка Домашняя (с сахаром)	№ 769 С6.2004 г.	50	4,70	185	4	6	28
	<b>Итого</b>		<b>574</b>	<b>75,80</b>	<b>763</b>	<b>22</b>	<b>25</b>	<b>108</b>
<b>1-я неделя / 3. среда</b>								
1	Филе минтая запеченное с овощами (поджарка)	С6.2017 г. №231	100	44,00	174	16	18	8
2	Пюре картофельное	С6.2004 г. №520	170	17,20	165	4	6	21
3	Чай с сахаром, 200/15	С6.2004 г. №685	215	3,00	57	0	0	15
4	Батон	ТТК №27	26	1,40	65	2	1	13
5	Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт.		39	10,20	208	2	11	25
	<b>Итого</b>		<b>550</b>	<b>75,80</b>	<b>669</b>	<b>24</b>	<b>35</b>	<b>81</b>
<b>1-я неделя / 4. четверг</b>								
1	Цыпленок отварной (голень)	ТТК №287	100	47,90	250	21	15	4
2	Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/30	С6.2004 г. №510 табл.4, С6.1996 г., табл. №24	210	16,30	190	5	7	27
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	4,30	62	1	0	15
4	Хлеб белый	С6.2004 г. №1	34	2,70	82	3	0	17
5	Булочка Ванильная	№ 767 С6.2004 г.	50	4,60	159	4	4	27
	<b>Итого</b>		<b>594</b>	<b>75,80</b>	<b>743</b>	<b>33</b>	<b>27</b>	<b>90</b>
<b>1-я неделя / 5. пятница</b>								
1	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным (фарш) с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 220/10	ТТК №102С, С6.1996 г., табл. №24	230	59,40	270	14	15	20
2	Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	ТТК №515С	217	5,10	55	0	0	14
3	Хлеб белый	С6.2004 г. №1	28	2,20	68	2	0	14
4	Ватрушка с повидлом	С6.2004 г. № 741	80	9,10	234	5	3	49
	<b>Итого</b>		<b>555</b>	<b>75,80</b>	<b>627</b>	<b>21</b>	<b>18</b>	<b>97</b>
<b>1-я неделя / 6. суббота</b>								
1	Колбаса куриная для детского питания отварная с соусом красным основным, 80/20	ТТК №103С	100	46,50	141	8	12	1
2	Макаронные изделия отварные зеленым горошком консерв., припущенным, 170/10	С6.2004 г. №516, ТТК №602С	180	11,50	216	6	5	37
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	С6.2004 г. №686	222	5,00	59	0	0	15
4	Хлеб белый	С6.2004 г., №1	35	2,80	85	3	0	18
5	Изделие бисквитное Мини Маффины, 1 шт.		29	10,00	113	1	6	15
	<b>Итого</b>		<b>566</b>	<b>75,80</b>	<b>614</b>	<b>18</b>	<b>23</b>	<b>86</b>
<b>2-я неделя / 1. понедельник</b>								
1	Гуляш из филе птицы, 50/50	№437 с6.2004 г.	100	49,20	211	13	16	4
2	Каша гречневая вязкая	С6.2004 г. №510 табл.4	185	11,10	194	6	7	27
3	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	5,60	54	1	0	14
4	Хлеб целебный ржаной	С6.2004 г. №1	40	3,50	88	3	0	20
5	Пряники Зареченские, 1 шт.		39	6,40	148	2	2	30
	<b>Итого</b>		<b>581</b>	<b>75,80</b>	<b>695</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>95</b>



**Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях**

**Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 класс 2023 г.**

**Стоимость питания-75,80 руб.**

**с 1.09.2023 г.**

<b>2-я неделя / 2. вторник</b>								
1	Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 355, ТТК №362	100	46,70	180	10	11	10
2	Макаронные изделия отварные	С6. 2004 г. №516	180	9,80	225	6	6	38
3	Чай с сахаром, 200/15	С6. 2004 г. №685	215	3,00	57	0	0	15
4	Хлеб белый	С6.2004 г. №1	29	2,30	70	2	0	15
5	Печенье бисквитное Лотте Чокопай, 1 шт.		28	14,00	123	1	5	18
<b>Итого</b>			<b>552</b>	<b>75,80</b>	<b>655</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>97</b>
<b>2-я неделя / 3. среда</b>								
1	Салат из свежей капусты	С6. 2004 г., №43	100	7,70	88	2	5	9,39
2	Плов из филе цыплят, 50/150	С6. 2004 г. № 492	200	61,20	333	15	14	40
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	С6, 2004 г. №686	220	4,40	59	0	0	15
4	Хлеб белый	С6. 2004 г., №1	31	2,50	75	2	0	16
<b>Итого</b>			<b>551</b>	<b>75,80</b>	<b>555</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	<b>81</b>
<b>2-я неделя / 4. четверг</b>								
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 286, ТТК № 362	100	46,70	205	12	11	12
2	Пюре картофельное	С6. 2004 г. №520	170	17,20	165	4	6	21
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	4,30	62	1		
4	Хлеб белый	С6.2004 г. №1	27	2,10	65	2	0	21
5	Булочка Веснушка	С6.2004 г. №773	65	5,50	201	5	4	35
<b>Итого</b>			<b>562</b>	<b>75,80</b>	<b>698</b>	<b>24</b>	<b>22</b>	<b>89</b>
<b>2-я неделя / 5. пятница</b>								
1	Котлета Крепыш с соусом красным основным, 75/25	ТТК № 356, ТТК № 362	100	48,00	227	13	14	11
2	Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/30	С6.2004 г. №510 табл.4, С6.1996 г., табл. №24	210	16,30	189	5	7	27
3	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	6,20	62	0	0	15
4	Хлеб целебный ржаной	С6.2004 г. №1	25	2,10	55	2	0	13
5	Булочка с маком/Батон с маком	№772 С6.2004 г.	50	3,20	141	4	2	27
<b>Итого</b>			<b>585</b>	<b>75,80</b>	<b>674</b>	<b>24</b>	<b>23</b>	<b>93</b>
<b>2-я неделя / 6. суббота</b>								
1	Сосиски для детского питания отварные, 2 шт.	С6. 2004 г. №413	106	57,20	282	12	25	2
2	Каша пшеничная вязкая	С6.2004 г. №510, табл.4	180	7,20	187	5	6	29
3	Чай с сахаром, 200/15	С6.2004 г. №685	215	3,00	57	0	1	15
4	Хлеб белый	С6.2004 г. №1	25	2,00	60	2	0	13
5	Пряники Северные, 1 шт.		39	6,40	148	2	2	30
<b>Итого</b>			<b>565</b>	<b>75,80</b>	<b>734</b>	<b>21</b>	<b>34</b>	<b>89</b>

<b>ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ</b>				<b>Эн.цен</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>
<b>ВСЕГО</b>				<b>8 051</b>	<b>270</b>	<b>295</b>	<b>1 100</b>

Заведующий производством

расшифровка подписи