

Согласовано

Директор

Маринашова И.Н.

Утверждаю

Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для детей из многодетных семей 2023 г.

Стоимость питания - 67,63 руб.

с 01.09.2023 г.

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
						Белки	Жиры	Углеводы
1-я неделя / 1. понедельник								
1	Плов с мясом говядины рубленным (фарш)с доп.гарниром икра кабачковая, 30/150/20	ТТК №107С	200	50,60	342	13	14	40
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004 г.	215	3,00	57	0	0	15
3	Хлеб цельный ржаной	№1 с6.2004 г.	35	3,03	78	2	0	18
4	Изделие лоеное Круассан с начинкой, 1 шт.		27	11,00	90	1	6	14
	Итого		477	67,63	567	16	20	87
1-я неделя / 2. вторник								
2	Картофель тушеный с филе птицы рубленным (фарш) с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 40/160/35	ТТК №100С	235	56,20	303	12	19	21
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	№686 с6.2004 г.	220	4,40	59	0	0	15
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	26	2,03	63	2	0	13
5	Печенье формовое, 2 шт.		30	5,00	141	2	5	21
	Итого		511	67,63	566	17	25	70
1-я неделя / 3. среда								
1	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1 шт.	№510 табл.4 с6.2004 г., №337 с6.2004 г.	228	33,00	292	11	15	28
2	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	5,60	54	1	0	14
3	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	38	3,03	92	3	0	19
4	Пирожное песочное Лакомка, 1 шт.		50	26,00	227	2	14	32
	Итого		533	67,63	665	17	29	93
1-я неделя / 4. четверг								
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК №286, ТТК №362	100	46,70	205	12	11	12
2	Макаронные изделия отварные	№516 с6.2004 г.	180	9,80	225	6	6	38
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	4,30	62	1	0	15
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	28	2,23	68	2	0	14
5	Булочка Ванильная	№767 с6.2004 г.	50	4,60	159	4	4	27
	Итого		558	67,63	719	25	21	106
1-я неделя / 5. пятница								
1	Цыплята отварные (голень)	ТТТК №287	100	47,90	250	21	15	4
2	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 160/20	с6.2004 г. №510 табл.4	180	13,30	169	5	6	24
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	4,30	62	1	0	15
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	27	2,13	65	2	0	14
	Итого		507	67,63	546	29	22	56
1-я неделя / 6. суббота								
1	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, 180/10	№510 табл.4 с6.2004 г.	190	23,60	272	6	12	36
2	Кофейный напиток с молоком	ТТК №504С	200	9,60	120	4	4	20
3	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	22	1,73	53	2	0	11
4	Сосиска в тесте, 53/50	№747 с6.2004 г.	103	32,70	259	9	16	21
	Итого		515	67,63	704	20	32	88
2-я неделя / 1. понедельник								
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 зел.горошком консерв., припущенным, 170/20	№516 с6.2004 г., ТТК №502С	190	13,80	220	7	5	37
3	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	5,60	54	1	0	14
4	Батон	ТТК №27	26	1,53	65	2	1	13
	Итого		533	67,63	519	19	17	74
2-я неделя / 2. вторник								
1	Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	№413 с6.2004 г., ТТК №362	100	43,90	189	8	17	1
2	Каша пшеничная вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	180	7,20	187	5	6	29
3	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	9,10	65	0	0	17
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	31	2,43	75	2	0	16
5	Печенье формовое, 2 шт.		30	5,00	141	2	5	21
	Итого		541	67,63	657	18	28	83

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для детей из многодетных семей 2023 г.

Стоимость питания - 67,63 руб.

с 01.09.2023 г.

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
						Белки	Жиры	Углеводы
2-я неделя / 3. среда								
1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 160/5/20	№510 табл.4 сб.2004 г., №97 сб.2004 г.	185	32,90	300	11	13	35
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	№686 сб.2004 г.	220	4,40	59	0	0	15
3	Хлеб белый	№1 сб.2004 г.	31	2,43	75	2	0	16
4	Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт.		40	11,50	144	2	2	29
5	Десерт фруктовый (яблоко)	ТТК №389	85	16,40	40	0	0	8
	Итого		561	67,63	618	16	16	103
2-я неделя / 4. четверг								
2	Гуляш из филе птицы, 45/45	№437 сб.2004 г.	90	44,30	190	12	15	3
3	Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 150/20	№510 табл.4 сб.2004 г., табл.24 сб.1996 г.	170	12,70	132	4	5	19
4	Чай с сахаром, 200/15	№685 сб.2004 г.	215	3,00	57	0	0	15
5	Хлеб белый	№1 сб.2004 г.	27	2,13	65	2	0	14
6	Булочка Веснушка	№773 сб.2004 г.	65	5,50	201	5	4	35
	Итого		567	67,63	645	23	24	86
2-я неделя / 5. пятница								
1	Филе минтая запеченное с овощами (поджарка)	№231 сб.2017 г.	100	44,00	174	16	18	8
2	Пюре картофельное	№520 сб.2004 г.	160	16,20	155	3	6	19
3	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	6,20	62	0	0	15
4	Батон	ТТК №27	21	1,23	52	2	1	10
	Итого		481	67,63	443	21	24	53
2-я неделя / 6. суббота								
1	Каша гречневая молочная с маслом сливочным, 170/10	№510 табл.4 сб.2004 г.	180	23,50	270	8	11	35
2	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	11,00	78	0	0	0
3	Хлеб целебный ржаной	№1 сб.2004 г.	35	3,03	78	2	0	18
4	Манник домашний с сахарной пудрой, 120/5	ТТК №161	125	30,10	422	7	14	61
	Итого		540	67,63	848	17	26	114
ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ					Эн.цен.	Белки	Жиры	Углеводы
					680	22,5	23	95,75

Заведующий производством

Чер...

Чер...
(расшифровка подписи)