

Согласовано
Директор
И.И. Маринина



Утверждаю
Директор ООО "СОП"
Евстигнеева С.А.



СЛУЖБА
ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов 2025 г.

Стоимость комплекса - 98,70 руб.

ДАТА с 01.01.2026

№ 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	ТТК №286, ТТК №362	110	211	12	11	13
2	Каша гречневая вязкая	ТТК №302С	180	189	5	7	27
3	Чай с сахаром	№685 с6. 2004г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
5	Печенье Школьная шпиргалочка, 1 шт		50	219	4	8	33
	Итого		585	736	23	26	100
	1-я неделя / 2. вторник						
1	Плов из филе цыплят с доп.гарниром овощи свежие порционно	№492 с6.2004, табл.24 с6.1996	280	404	17	16	54
2	Чай полусладкий	ТТК №512С	210	40	0	0	10
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	35	70	2	0	14
4	Булочка Маковка	ТТК №14	65	244	5	9	35
	или Кекс д/дет питания , 1 шт		28				
	Итого		590/553	758	24	25	113
	1-я неделя / 3. среда						
1	Фрикасе	№290 с6.2017	100	173	12	14	0
2	Макаронные изделия отварные с кукурузой консервированной припущенной	ТТК №307С, ТТК №602С	210	322	9	7	61
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	40	70	2	0	14
	Итого		550	631	23,84	21,24	92,2
	1-я неделя / 4. четверг						
1	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	ТТК №102С	220	272	14	15	20
2	Чай с сахаром	№685 с6. 2004г.	215	57	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	40	80	3	0	16
4	Рогалик с курагой	ТТК №42	85	272	6	6	48
	или Пряники 2 шт		78				
	Итого		560/553	681	22	21	100
	1-я неделя / 5.пятница						
1	Котлеты Крепыш с соусом красным основным	ТТК №336, ТТК №362	105	237	13	15	12
2	Каша гречневая вязкая с доп гарниром овощи соленые огурцы порционно	ТТК №302С, с6.рец. 1996г. Табл.№24	190	195	6	7	28
3	Чай полусладкий	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
5	Вафли Молочные, 1 шт		30	158	1	9	17
	Итого		565	532	21	22	62
	1-я неделя / 6.суббота						
1	Сосиски для детского питания отварные с овощами свежими	№413 с6.2004, табл.№24 с6.1996	115	100	6	8	2
2	Макаронные изделия отварные	ТТК №307С	200	281	7	7	47
3	Чай с сахаром и лимоном	№686 с6.2004	222	59	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
5	Печенье бисквитное, 1 шт		28	123	1	5	18
	Итого		595	623	17	19	95

№ 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	Биточки Дружба с соусом красным основным	ТТК №355, ТТК №362	110	229	12	14	13
2	Рис отварной с овощным миксом	ТТК №300С	200	264	5	8	43
3	Чай с сахаром и лимоном	№686 с6.2004	220	58	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	35	70	2	0	14
	Итого		565	621	19	22	86
	2-я неделя / 2. вторник						
1	Гуляш из филе птицы	№437 с6.2004	100	211	13	16	4
2	Каша гречневая вязкая с доп гарниром овощи свежие порционно	ТТК №302С	220	199	6	7	28
3	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	78	0	0	19
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	Итого		550	548	21	23	64
	2-я неделя / 3. среда						
1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	110	275	23	17	4
2	Макаронные изделия отварные с доп гарниром сыр твердый порционно	ТТК №307С, с6.рец. 2004г. №97	190	260	9	8	38
3	Чай с сахаром и лимоном	№686 с6.2004	220	58	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	40	80	3	0	16
	Итого		560	673	34	26	74
	2-я неделя / 4. четверг						
1	Рыба (филе) припущенная со сметанным соусом	№371 с6. 2004г.	100	79	10	3	5
2	Рис отварной с доп гарниром овощи свежие порционно	ТТК №309С, с6.рец. 1996г., табл. №24	220	260	5	7	42
3	Чай с сахаром с лимоном	№686 с6.2004	220	59	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	35	70	2	0	14
	Итого		575	468	17	11	76
	2-я неделя /5. пятница						
1	Капуста квашенная	с6. рец. 2002г. Табл. №81	100	83	2	5	8
2	Пюре картофельное с котлетой Любительской	ТТК №308С, ТТК №286	230	341	15	16	31
3	Чай полусладкий	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	Итого		570	441	17	16	53
	2-я неделя / 6. суббота						
1	Сосиски для детского питания отварные с овощами свежими	№413 с6.2004, табл.№24 с6.1996	105	99	6	8	1
2	Каша гречневая вязкая	ТТК №302С	180	189	5	7	27
3	Чай с сахаром и лимоном	ТТК №686 с6. 2004	222	59	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
5	Мини рулет, 1 шт.		35	154	1	7	22
	Итого		572	561	15	21	77

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ			Эн.цен	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО	63	6837/6793	7273	255	254	992

Заведующий производством

Тимофеев П.Р.