

Согласовано
Директор

И. И. Маршанова

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

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

Стоимость комплекса - 76,08 руб.

ДАТА с 01.01.2026

Утверждаю
Директор ООО "СОП"
Евстигнеева С.А.

№ п/п	День недели /Блюдо	Номер рецептуры	выход	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	198	12	10	11
2	Каша гречневая вязкая	ТТК №302С	180	189	5	7	27
3	Чай с сахаром	№685 сб. 2004г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	40	80	3	0	16
	Итого		545	524	20	18	69
	1-я неделя / 2. вторник						
1	Плов из филе цыплят	№492 сб.2004	250	401	16	16	54
2	Чай полусладкий	ТТК №512С	210	40	0	0	10
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	Итого		490	501	18	16	76
	1-я неделя / 3. среда						
1	Фрикасе	№290 сб.2017	100	173	12	14	0
2	Макаронные изделия отварные	ТТК №307С	150	187	5	5	32
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	54	1	0	14
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	20	40	1	0	8
	Итого		470	454	19	19	54
	1-я неделя / 4. четверг						
1	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	ТТК №102С	220	272	14	15	20
2	Чай с сахаром	№685 сб. 2004г.	215	57	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	Итого		465	389	16	15	48
	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	ТТК №302С	150	158	5	6	22
3	Чай полусладкий	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	Итого		495	495	20	21	56
	1-я неделя / 6.суббота						
1	Сосиски для детского питания отварные с овощами свежими	№413 сб.2004, табл.№24 сб.1996	115	100	6	8	2
2	Макаронные изделия отварные	ТТК №307С	160	200	6	5	34
3	Чай с сахаром и лимоном	№686 сб.2004	222	59	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	Итого		527	419	14	13	63
	2-я неделя / 1.понедельник						
1	Биточки Дружба с соусом красным основным	ТТК №355, ТТК №362	110	229	12	14	13
2	Рис отварной	ТТК №300С	150	212	4	6	34
3	Чай с сахаром и лимоном	№686 сб.2004	220	58	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	20	40	1	0	8
	Итого		500	539	17	20	71

№ п/п	День недели /Блюдо	Номер рецептуры	выход	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	2-я неделя / 2. вторник						
1	Гуляш из филе птицы	№437 с6.2004	100	211	13	16	4
2	Каша гречневая вязкая	ТТК №302С	150	158	5	6	22
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		480	507	19	22	58
	2-я неделя / 3. среда						
1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	100	275	23	17	4
2	Макаронные изделия отварные	ТТК №307С	150	187	5	5	32
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		505	590	31	22	65
	2-я неделя / 4. четверг						
1	Рыба (филе) припущенная со сметанным соусом	№371 с6. 2004г.	100	79	10	3	5
2	Рис отварной	ТТК №309С	150	212	4	6	34
3	Чай с сахаром с лимоном	№686 с6.2004	220	59	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	20	40	1	0	8
	Итого		490	390	15	10	62
	2-я неделя /5. пятница						
1	Пюре картофельное с котлетой Любительской	ТТК №308С, ТТК №286	230	341	15	16	31
2	Чай полусладкий	ТТК №512С	210	40	0	0	10
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	20	40	1	0	8
	Итого		460	421	17	16	49
	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	40	80	3	0	16
	Итого		547	427	15	15	60
ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ				Эн.цен	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО			5974	5656	221	206	731

Заведующий производством

П.П.П.