

Согласовано
Директор

Директор

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 2024 г.

Стоимость питания - 81,20 руб.

с 01.01.2024 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 | Биточки Дружба с соусом сметанным, 80/20 | ТТК № 355, №600 с6. 2004 г. | 100 | 49,70 | 234 | 12 | 15 | 13 |
| 2 | Макаронные изделия отварные с доп.гарниром горошек зеленый конс. припущенным, 180/20 | с6. 2004 г. №516, с6. 1996 г. табл. №24 | 200 | 15,30 | 232 | 7 | 6 | 39 |
| 3 | Чай с сахаром, 200/15 | с6. 2004 г. №685 | 215 | 3,00 | 57 | 0 | 0 | 15 |
| 4 | Хлеб Сельский | с6. 2004 г. №1 | 26 | 2,20 | 81 | 1 | 0 | 12 |
| 5 | Изделие слоеное Круассан с начинкой, 1 шт. | | 27 | 11,00 | 90 | 1 | 6 | 14 |
| | Итого | | 568 | 81,20 | 694 | 21 | 26 | 94 |
| 1-я неделя / 2. вторник | | | | | | | | |
| 1 | Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20 | ТТК № 286, ТТК № 362 | 100 | 48,60 | 205 | 12 | 11 | 12 |
| 2 | Рис отварной | с6. 2004 г. №511 | 185 | 20,40 | 262 | 5 | 7 | 42 |
| 3 | Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5 | с6. 2004 г. №686 | 220 | 4,90 | 59 | 0 | 0 | 15 |
| 4 | Хлеб целебный ржаной | с6. 2004 г. №1 | 25 | 2,10 | 55 | 2 | 0 | 13 |
| 5 | Печенье формовое, 2 шт | | 30 | 5,20 | 141 | 2 | 5 | 21 |
| | Итого | | 560 | 81,20 | 722 | 21 | 24 | 102 |
| 1-я неделя / 3. среда | | | | | | | | |
| 1 | Филе минтая запеченное с овощами (поджарка) | с6. 2017 г. №231 | 100 | 49,20 | 174 | 16 | 18 | 8 |
| 2 | Пюре картофельное | с6. 2004 г. №520 | 190 | 20,30 | 185 | 4 | 7 | 23 |
| 3 | Чай с сахаром, 200/15 | с6. 2004 г. №685 | 215 | 3,00 | 57 | 0 | 0 | 15 |
| 4 | Хлеб Сельский | с6. 2004 г. №1 | 26 | 2,20 | 81 | 1 | 0 | 12 |
| 5 | Пряники Северные, 1 шт | | 39 | 6,50 | 148 | 2 | 2 | 30 |
| | Итого | | 570 | 81,20 | 645 | 24 | 27 | 89 |
| 1-я неделя / 4. четверг | | | | | | | | |
| 1 | Салат из квашеной капусты | с6. рец. 2017 г., №45 | 100 | 10,90 | 83 | 2 | 5 | 8 |
| 2 | Цыплята отварные (голень) | ТТК №287 | 110 | 52,70 | 275 | 23 | 17 | 4 |
| 3 | Каша гречневая вязкая | с6. 2004 г. №510 табл.4 | 180 | 11,50 | 189 | 5 | 7 | 27 |
| 4 | Чай с сахаром, 200/15 | с6. 2004 г. №685 | 215 | 3,00 | 57 | 0 | 0 | 15 |
| 5 | Хлеб Сельский | с6. 2004 г. №1 | 36 | 3,10 | 112 | 2 | 0 | 16 |
| | Итого | | 641 | 81,20 | 716 | 32 | 29 | 69 |
| 1-я неделя / 5. пятница | | | | | | | | |
| 1 | Икра свекольная | с6. 2004 г. №78 | 100 | 13,40 | 120 | 1,89 | 7,42 | 11,49 |
| 2 | Картофель тушеный с мясом говядины рубленным (фарш) | ТТК №102С | 220 | 59,80 | 271 | 14 | 15 | 20 |
| 3 | Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7 | ТТК №515С | 217 | 5,60 | 55 | 0 | 0 | 14 |
| 4 | Хлеб целебный ржаной | с6. 2004 г. №1 | 28 | 2,40 | 61 | 2 | 0 | 14 |
| | Итого | | 565 | 81,20 | 507 | 18 | 23 | 60 |
| 1-я неделя / 6. суббота | | | | | | | | |
| 1 | Сосиски отварные для детского питания с соусом красным основным, 80/20 | с6. 2004 г. №413, ТТК №362 | 100 | 48,10 | 189 | 8 | 17 | 1 |
| 2 | Макаронные изделия отварные | с6. 2004 г. №516 | 190 | 11,00 | 238 | 7 | 6 | 40 |
| 3 | Чай с сахаром, 200/15 | с6. 2004 г. №685 | 215 | 3,00 | 57 | 0 | 0 | 15 |
| 4 | Хлеб Сельский | с6. 2004 г., №1 | 34 | 2,90 | 106 | 2 | 0 | 15 |
| 5 | Печенье бисквитное Лотте Чокопай, 1 шт | | 28 | 16,20 | 123 | 1 | 5 | 18 |
| | Итого | | 567 | 81,20 | 713 | 18 | 29 | 90 |
| 2-я неделя / 1. понедельник | | | | | | | | |
| 1 | Гуляш из филе птицы, 55/55 | №437 с6. 2004 г. | 110 | 54,40 | 233 | 14 | 18 | 4 |
| 2 | Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 180/10 | с6. 2004 г. №510 табл.4, с6. рец. 1996 г., табл. №24 | 190 | 13,50 | 190 | 5 | 7 | 27 |
| 3 | Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5 | с6. 2004 г. №686 | 220 | 4,90 | 59 | 0 | 0 | 15 |
| 4 | Хлеб целебный ржаной | с6. 2004 г. №1 | 30 | 2,60 | 66 | 2 | 0 | 15 |
| 5 | Вафли неглазированные Белёк, 1 шт | | 20 | 5,80 | 99 | 1 | 5 | 9 |
| | Итого | | 570 | 81,20 | 647 | 23 | 29 | 70 |
| 2-я неделя / 2. вторник | | | | | | | | |
| 1 | Биточки Дружба с соусом сметанным, 80/20 | ТТК № 355, №600 с6. 2004 г. | 100 | 49,70 | 234 | 12 | 15 | 13 |
| 2 | Макаронные изделия отварные | с6. 2004 г. №516 | 200 | 11,60 | 249 | 7 | 6 | 43 |
| 3 | Чай полусладкий с курагой, 200/10/7 | ТТК №514С | 217 | 5,80 | 54 | 1 | 0 | 14 |
| 4 | Хлеб Сельский | с6. 2004 г. №1 | 25 | 2,10 | 77 | 1 | 0 | 11 |
| 5 | Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт | | 40 | 12,00 | 144 | 2 | 2 | 29 |
| | Итого | | 582 | 81,20 | 758 | 23 | 23 | 110 |

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 класс 2024 г.

Стоимость питания - 81,20 руб.

с 01.01.2024 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 | Салат из свежей капусты | С6. 2004 г., №43 | 100 | 7,90 | 88 | 2 | 5 | 9 |
| 2 | Плов из филе цыплят, 50/200 | С6. 2004 г. № 492 | 250 | 65,70 | 401 | 16 | 16 | 54 |
| 3 | Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5 | С6, 2004 г. №686 | 220 | 4,90 | 59 | 0 | 0 | 15 |
| 4 | Хлеб целебный ржаной | С6. 2004 г., №1 | 32 | 2,70 | 70 | 2 | 0 | 16 |
| Итого | | | 602 | 81,20 | 618 | 20 | 21 | 95 |
| 2-я неделя / 4. четверг | | | | | | | | |
| 1 | Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20 | ТТК № 286, ТТК № 362 | 100 | 48,60 | 205 | 12 | 11 | 12 |
| 2 | Пюре картофельное с доп.гарниром горошек зеленый конс.припущенный, 180/20 | С6. 2004 г. №520 | 200 | 24,10 | 182 | 4 | 7 | 23 |
| 3 | Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7 | С6, 2004 г. №686 | 222 | 5,60 | 59 | 0 | 0 | 15 |
| 4 | Хлеб целебный ржаной | С6.2004 г. №1 | 34 | 2,90 | 74 | 2 | 0 | 17 |
| Итого | | | 556 | 81,20 | 520 | 19 | 18 | 67 |
| 2-я неделя / 5. пятница | | | | | | | | |
| 1 | Котлета Крепыш с соусом красным основным, 75/25 | ТТК № 356, ТТК № 362 | 100 | 49,80 | 227 | 13 | 14 | 11 |
| 2 | Макаронные изделия отварные с доп.гарниром овощи свежие (огурцы, помидоры) порционно, 200/25/25 | С6.2004 г. №516 | 250 | 20,50 | 257 | 7 | 6 | 44 |
| 3 | Напиток апельсиновый | ТТК №510С | 200 | 9,10 | 68 | 0 | 0 | 17 |
| 4 | Хлеб Сельский | С6.2004 г. №1 | 21 | 1,80 | 65 | 1 | 0 | 9 |
| Итого | | | 571 | 81,20 | 617 | 21 | 21 | 81 |
| 2-я неделя / 6. суббота | | | | | | | | |
| 1 | Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 106/2 шт/20 | С6.2004 г. №413, ТТК №362 | 126 | 63,40 | 291 | 12 | 26 | 3 |
| 2 | Каша пшеничная вязкая | С6.2004 г. №510, табл.4 | 180 | 7,80 | 187 | 5 | 6 | 29 |
| 3 | Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5 | С6.2004 г. №685 | 220 | 4,90 | 59 | 0 | 0 | 15 |
| 4 | Хлеб Сельский | С6.2004 г. №1 | 29 | 2,50 | 89 | 2 | 0 | 13 |
| 5 | Печенье формовое, 1 шт | | 15 | 2,60 | 70 | 1 | 3 | 10 |
| Итого | | | 570 | 81,20 | 696 | 20 | 35 | 71 |

| | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|---------------|--------------|-------------|-----------------|
| ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ | | | | | Эн.цен | Белки | Жиры | Углеводы |
| ВСЕГО | | | | | 7 909 | 265 | 309 | 1 000 |

Заведующий производством

В.И. Селезнева
расшифровка подписи