



Утверждаю
Директор ООО "СОП"
Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Двухразовое питание для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей мобилизованных граждан для учащихся 5-11 классов 2025 г.

Стоимость питания - 109,66 руб.

с 01.04.2025

№ 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						
	Завтрак						
1	Котлеты Любительские с соусом сметанным	ТТК №286, №600 с6.2004	110	221	13	12	13
2	Макаронные изделия отварные	ТТК №307С	200	249	7	6	43
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	77	0	0	19
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	37	74	2	0	15
5	Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт		40	144	2	2	29
	Обед						
1	Суп картофельный с горохом	№ 139 с6.2004	250	142	5	4	22
2	Чай с сахаром и лимоном	№686 с6.2004	200/15/5	58	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	32	64	2	0	13
	ИТОГО		1 089	1 029	32	26	169
	1-я неделя / 2. вторник						
	Завтрак						
1	Плов из филе цыплят с доп.гарниром овощи свежие порционно	№492 с6.2004, табл.24 с6.1996	250/20	465	21	21	51
3	Чай полусладкий	ТТК №512С	200/10	40	0	0	10
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	41	82	3	0	17
5	Булочка Маковка	ТТК №14	65	244	5	9	35
	Изделие бисквитное , 1 шт		29				
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Рисовое зернышко	№ 138 с6.2004	250	103	2	3	20
2	Чай полусладкий с черносливом	ТТК №515С	200/10/7	55	0	0	14
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	31	62	2	0	13
	ИТОГО		1084/1048	1051	33	34	159
	1-я неделя / 3. среда						
	Завтрак						
1	Биточки Дружба с соусом сметанным	ТТК №355, №600 с6.2004	100	234	12	15	13
2	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи свежие порционно	ТТК №302С, табл. №24 с6.1996	190/30	207	6	7	29
3	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	68	0	0	17
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	31	62	2	0	13
	Обед						
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 с6.2004	250	121	3	3	17
2	Чай с сахаром и лимоном	№686 с6.2004	200/15/7	59	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	35	70	2	0	14
	ИТОГО		1 058	821	26	25	118
	1-я неделя / 4. четверг						
	Завтрак						
1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	110	275	23	17	4
2	Макаронные изделия отварные с доп.гарниром горошек зеленый припущенный (замороженный)	ТТК №307С, ТТК №607С	190/15	248	7	7	42
3	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	35	70	2	0	14
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Гречишное зёрнышко	№ 138 с6.2004	250	105	2	3	19
2	Чай с сахаром	№685 с6.2004	200/15	57	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	32	64	2	0	13
4	Печенье сахарное, 1 шт		12	56	1	2	8
	ИТОГО		1 059	941	37	30	133
	1-я неделя / 5. пятница						
	Завтрак						
1	Котлеты Крепыш с соусом красным основным	ТТК №336, ТТК №362	100	227	13	14	11
2	Рис отварной с овощным миксом	ТТК №300С	180	223	4	5	39
3	Чай с сахаром и лимоном	№686 с6.2004	200/15/5	58	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	50	100	3	1	21
	Обед						
1	Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	№ 110 с6.2004	240	105	2	5	10
2	Чай полусладкий	ТТК №512С	200/10	40	0	0	10
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	25	50	2	0	10
	ИТОГО		1 025	803	24	26	117
	1-я неделя / 6. суббота						
	Завтрак						
1	Сосиски для детского питания отварные с овощами свежими	№413 с6.2004, табл. №24 с6.1996	100	98	6	8	1
2	Каша гречневая вязкая	ТТК №302С	180	189	5	7	27
3	Чай с сахаром	№685 с6.2004	200/15	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	37	74	2	0	15
5	Изделие бисквитное, 1 шт		35	154	1	7	22
	Завтрак 2						
1	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	77	0	0	19
2	Печенье сдобное, 1 шт		37	171	3	7	23
	ИТОГО		804	820	19	29	122

Стоимость питания - 109,66 руб.

с 01.04.2025

№ 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						
	Завтрак						
1	Котлеты Любительские с соусом сметанным	ТТК №286, №600 сб.2004	110	221	13	12	13
2	Макаронные изделия отварные	ТТК №307С	200	249	7	6	43
3	Чай с сахаром и лимоном	№686 сб.2004	200/15/7	59	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	33	66	2	0	14
5	Вафли, 1 шт		30	158	1	9	17
	Обед						
1	Суп картофельный с горохом	№ 139 сб. 2004	250	142	5	4	22
2	Чай с сахаром и лимоном	№686 сб.2004	200/15/7	59	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	25	50	2	0	10
	ИТОГО		1 092	1 004	30	33	149
	2-я неделя / 2. вторник						
	Завтрак						
1	Гуляш из филе птицы	№437 сб.2004	100	211	13	16	4
2	Каша гречневая вязкая	ТТК №302С	180	189	5	7	27
3	Чай полусладкий с курагой	ТТК №514С	200/10/7	54	1	0	14
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	37	74	2	0	15
5	Печенье сдобное, 1 шт		37	171	3	7	23
	Обед						
1	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	№ 124 сб. 2004	250	94	2	6	8
2	Чай полусладкий	ТТК №512С	200/10	40	0	0	10
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	27	54	2	0	11
	ИТОГО		1 058	887	28	37	111
	2-я неделя / 3. среда						
	Завтрак						
1	Плов из филе цыплят с доп.гарниром овощи свежие порционно	№ 492 сб.2004, табл.№24 сб.1996	250/40	404	17	16	55
2	Чай с сахаром и лимоном	№686 сб.2004	200/15/7	59	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	38	76	2	0	16
	Обед						
1	Суп картофельный с крупой Гречишное зёрнышко	№138 сб.2004	230	96	2	3	18
2	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	25	50	2	0	10
	ИТОГО		1 005	751	23	19	130
	2-я неделя / 4. четверг						
	Завтрак						
1	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	ТТК №102С	220	272	14	15	20
2	Чай полусладкий с черносливом	ТТК №515С	200/10/7	55	0	0	14
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	40	80	3	0	16
4	Пирожки печеные с курагой	№738 сб.2004	80	206	5	2	42
	Обед						
1	Рассольник ленинградский со сметаной (круп. перловая)	№ 132 сб. 2004	200	107	2	5	16
2	Чай с сахаром	№685 сб. 2004	200/15	57	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	27	54	2	0	11
	ИТОГО		999/997	831	26	22	135
	2-я неделя / 5. пятница						
	Завтрак						
1	Биточки Дружба с соусом красным основным	ТТК №355, ТТК №362	100	180	10	11	10
2	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром смесь овощная	ТТК №302С, ТТК №310С	180/50	203	6	7	29
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	Обед						
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 сб.2004	250	121	3	3	17
2	Чай с сахаром и лимоном	№686 сб.2004	200/15/7	59	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	35	70	2	0	14
	ИТОГО		1 067	759	23	21	115
	2-я неделя / 6. суббота						
	Завтрак						
1	Сосиски для детского питания отварные с овощами свежими	№413 сб.2004, табл.№24 сб.1996	100	105	7	8	2
2	Макаронные изделия отварные	ТТК №307С	180	225	6	6	38
3	Чай с сахаром и лимоном	№686 сб.2004	200/15/7	59	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	37	74	2	0	15
5	Печенье бисквитное, 1 шт		28	123	1	5	18
	Завтрак 2						
1	Напиток лимонный	ТТК №511С	180	55	0	0	14
2	Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт		39	208	2	11	25
	ИТОГО		786	849	19	30	128
	ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ			Эн.цен. (Ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	ВСЕГО			10546	320	330	1585

Заведующий производством

(расшифровка подписи)

Примечание: «Овощи, полученные учебным заведением в рамках благотворительности от ООО "Тепличный Комбинат "Майский" им. И.Г. Ганиева являются дополнением к основному меню и таким образом не увеличивают стоимость комплекса. Выдача их учащимся производится по мере получения и в пределах нормы, утвержденных СанПин 2.3/2.4.3590-20».