

1-4 кл. завтраки.

Согласовано

Директор

Исмаилов Р.Р.



Утверждаю

Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов 2025 г.

Стоимость питания - 69,43 руб.

с 01.09.2025 г.

№ п/п	День недели / Блюдо	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	1-я неделя / 1. понедельник						
1	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	207	30,40	269	6	9	42
2	Чай с сахаром и лимоном	222	5,90	59	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	30	2,93	60	2	0	12
4	Пирожное песочное, 1 шт	50	30,20	174	8	10	13
	Итого	509	69,43	562	16	19	82
	1-я неделя / 2. вторник						
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным	90	50,40	187	11	11	11
2	Макаронные изделия отварные	170	10,40	213	6	5	36
3	Чай полусладкий с черносливом	217	6,20	55	0	0	14
4	Хлеб/Батон (порциями)	25	2,43	50	2	0	10
	Итого	502	69,43	505	19	16	71
	1-я неделя / 3. среда						
1	Овощи свежие (огурцы) порционно	85	19,60	12	1	0	2
2	Картофель тушеный с филе птицы рубленным	150	42,90	307	13	15	30
3	Чай с сахаром	215	3,20	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	50	3,73	100	3	1	21
	Итого	500	69,43	476	17	16	68
	1-я неделя / 4. четверг						
1	Свекла отварная	60	6,00	24	1	0	5
2	Плов с мясом говядины рубленным	180	51,00	326	13	13	40
3	Чай с сахаром	215	3,20	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	30	3,13	60	2	0	12
5	Вафли неглазированные, 1 шт	20	6,10	81	1	5	9
	Итого	505	69,43	548	17	18	81
	1-я неделя / 5. пятница						
1	Гуляш из филе птицы	100	50,60	194	11	14	6
2	Макаронные изделия отварные	170	10,40	213	6	5	36
3	Чай с сахаром и лимоном	222	5,90	59	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	25	2,53	50	2	0	10
	Итого	517	69,43	516	19	19	67
	1-я неделя / 6.суббота						
1	Каша гречневая вязкая с сосиской отварной для детского питания	230	46,50	281	12	14	28
2	Чай с сахаром	215	3,20	57	0	0	15
3	Хлеб/Батон (порциями)	35	3,33	70	2	0	14
4	Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт	39	16,40	150	2	6	22
	Итого	519	69,43	558	16	20	79

№ п/п	День недели / Блюдо	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	2-я неделя / 1. понедельник						
1	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, яйцо вареное	233	43,30	305	12	13	36
2	Напиток витаминный	200	15,20	78	0	0	19
3	Хлеб/Батон (порциями)	35	3,43	70	2	0	14
4	Пряник, 1 шт	39	7,50	87	2	3	13
	Итого	507	69,43	540	16	16	82
	2-я неделя / 2.вторник						
1	Свекла отварная	60	6,00	24	1	0	5
2	Плов из цыплят	200	53,40	368	13	16	43
3	Чай полусладкий с курагой	217	6,20	54	1	0	14
4	Хлеб/Батон (порциями)	40	3,83	80	3	0	16
	Итого	517	69,43	526	18	16	78
	2-я неделя / 3.среда						
1	Биточки Дружба с соусом красным основным	100	52,90	180	10	11	10
2	Макаронные изделия отварные	170	10,40	213	6	5	36
3	Чай с сахаром	215	3,20	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	30	2,93	60	2	0	12
	Итого	515	69,43	510	18	16	73
	2-я неделя / 4. четверг						
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным	110	51,40	198	11	11	14
2	Каша гречневая вязкая	180	11,80	190	6	7	26
3	Чай с сахаром	215	3,20	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	30	3,03	60	2	0	12
	Итого	535	69,43	505	19	18	67
	2-я неделя / 5. пятница						
1	Гуляш из филе птицы	90	45,60	186	12	14	3
2	Рис отварной	150	16,40	212	4	6	34
3	Чай с сахаром	215	3,20	57	0	0	15
4	Хлеб/Батон (порциями)	45	4,23	90	3	0	18
	Итого	500	69,43	545	19	20	70
	2-я неделя / 6. суббота						
1	Паста с сыром	175	31,50	356	13	16	40
2	Чай полусладкий	210	2,50	40	0	0	10
3	Хлеб/Батон (порциями)	25	2,53	50	2	0	10
4	Пюре фруктовое, 1 шт	90	32,90	32	0	0	8
	Итого	500	69,43	478	15	16	68

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ			372,20	Эн.цен.	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО			833,16	6 269	209,00	210,00	886,00

Заведующий производством

(подпись)

Нистирова Т.В.
(расшифровка подписи)