

Согласовано
Директор



033 5-11



Утверждаю
Директор ООО "СОП"
Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях на 2026 год
Вид меню - двухразовое питание для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей мобилизованных граждан для учащихся 5-11 классов
Стоимость комплекса - 114,05 руб.

Дата с 29.01.2024г.

прием пищи	№ п/п	День недели /Блюдо	Номер рецептуры	выход	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г.)		
						Белки	Жиры	Углеводы
		1-я неделя / 1. понедельник						
завтрак	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
обед	1	Суп картофельный с горохом	№139 сб.2004	250	142	5	4	22
	2	Чай с сахаром	№685 сб.2004	215	57	0	0	15
	3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	40	80	3	0	16
	4	Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт		40	144	2	2	29
		Итого		1090	947	30	25	152
		1-я неделя / 2. вторник						
завтрак	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
обед	1	Суп картофельный с крупой Гречишное зернышко	№138 сб.2004	250	105	2	3	19
	2	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
	3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	4	Булочка Маковка <i>или Кекс д/дет питания, 1 шт</i>	ТТК №14	65 28	244	5	9	35
		Итого		1035/998	976	28	28	158
		1-я неделя / 3. среда						
завтрак	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
обед	1	Суп картофельный с крупой Рисовое зернышко	№138 сб.2004	200	83	2	2	16
	2	Чай полусладкий	ТТК №512С	210	40	0	0	10
	3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	25	50	2	0	10
	4	Десерт фруктовый (яблоко)		110	52	0	0	11
		Итого		1015	679	23	22	101
		1-я неделя / 4. четверг						
завтрак	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	15
обед	1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	№ 112 сб. 2017	200	59	2	2	7
	2	Чай полусладкий	ТТК №512С	210	40	0	0	10
	3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	4	Рогалик с курагой <i>или Пряники 2 шт Зареченские</i>	ТТК №42	85 78	272	6	6	48
		Итого		990/983	820	26	24	125
		1-я неделя / 5.пятница						
завтрак	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
обед	1	Борщ с картофелем со свежей капустой, со сметаной	№ 110 сб.2004	200	88	1	4	8
	2	Чай с сахаром	№685 сб.2004	215	57	0	0	15
	3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 сб.2004/ТТК №27	25	50	2	0	10
	4	Вафли, 1 шт		30	158	1	9	17
		Итого		965	848	24	35	107
		1-я неделя / 6.суббота						
завтрак	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
завтрак 2	1	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	78	0	0	19
	2	Печенье бисквитное, 1 шт		28	123	1	5	18
		Итого		755	620	15	18	101

		2-я неделя / 1. понедельник						
завтрак	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 с6.2004	220	58	0	0	15
	4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	20	40	1	0	8
обед	1	Суп картофельный с горохом	№ 139 с6.2004	250	142	5	4	22
	2	Чай полусладкий	ТТК №512С	210	40	0	0	10
	3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	25	50	2	0	10
	4	Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт		39	208	2	11	25
		Итого		1024	979	26	36	138
		2-я неделя / 2. вторник						
завтрак	1	Гуляш из филе птицы	№437 с6.2004	100	211	13	16	4
	2	Макаронные изделия отварные	ТТК №307С	150	187	5	5	32
	3	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	78	0	0	19
	4	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
обед	1	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	№ 124 с6.2004	250	94	2	6	8
	2	Чай с сахаром	№685 с6.2004	215	57	0	0	15
	3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	4	Вафли неглазированные, 2 шт		40	162	3	9	17
		Итого		1015	909	27	36	120
		2-я неделя / 3. среда						
завтрак	1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	100	275	23	17	4
	2	Каша гречневая вязкая	ТТК №302С	150	158	5	6	22
	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
обед	1	Суп картофельный с крупой Гречишное зёрнышко	№138 с6.2004	200	83	2	2	15
	2	Чай полусладкий	ТТК №512С	210	40	0	0	10
	3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	25	50	2	0	10
	4	Десерт фруктовый (яблоко)		110	52	0	0	11
		Итого		1050	786	34	26	102
		2-я неделя / 4. четверг						
завтрак	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
обед	1	Рассольник ленинградский со сметаной (крупя перловая)	№132 с6.2004	200	107	2	5	16
	2	Чай с сахаром	№685 с6.2004	215	57	0	0	15
		Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	35	70	2	0	14
	3	Ватрушка с повидлом или Мини Маффин, 1 шт	№741 с6.2004	75	219	5	2	45
		Итого		1015/969	843	24	17	152
		2-я неделя / 5. пятница						
завтрак	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
обед	1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	№ 112 с6.2017	250	72	2	3	9
	2	Чай с сахаром	№685 с6.2004	215	57	0	0	15
	3	Хлеб/Батон (порциями)	№1 с6.2004/ТТК №27	30	60	2	0	12
	4	Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт		39	208	2	11	25
		Итого		994	818	22	30	110
		2-я неделя / 6. суббота						
завтрак	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
завтрак 2	1	Кофейный напиток с молоком	ТТК №504С	200	91	2	2	18
	2	Мини рулет, 1 шт		35	154	1	7	22
		Итого		782	672	18	24	100

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ		Эн.цен	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО		11675/11631	9897	297	319
Заведующий производством <i>А.И. Ашурова Т.В.</i>					