

Согласовано  
Директор

Утверждаю

Директор ООО "СОИ"  
Евстигнеева С.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Стоимость питания: 77,76 руб.

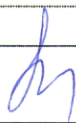
ДАТА с 01.01.2026 г.

| Дата с 01.01.2026 г. |                                                                                        |                                  |                           |                          |                       |      |         |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------|--------------------------|-----------------------|------|---------|
| №<br>п/п             | День недели / Блюдо                                                                    | Номер рецептуры                  | Выход одного<br>блюда, г. | Энерг.<br>цен.<br>(Ккал) | Пищевые вещества, (г) |      |         |
|                      |                                                                                        |                                  |                           |                          | Белки                 | Жиры | Углевод |
|                      | 1-я неделя / 1. понедельник                                                            |                                  |                           |                          |                       |      |         |
| 1                    | Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным                                        | №510 табл.4 с6.2004              | 207                       | 269                      | 6                     | 9    | 42      |
| 2                    | Чай с сахаром и лимоном                                                                | №686 с6.2004                     | 222                       | 59                       | 0                     | 0    | 15      |
| 3                    | Хлеб/Батон (порциями)                                                                  | №1 с6.2004/ТТК №27               | 30                        | 60                       | 2                     | 0    | 12      |
| 4                    | Пирожное песочное, 1 шт                                                                |                                  | 50                        | 174                      | 8                     | 10   | 13      |
|                      | Итого                                                                                  |                                  | 509                       | 562                      | 16                    | 19   | 82      |
|                      | 1-я неделя / 2. вторник                                                                |                                  |                           |                          |                       |      |         |
| 1                    | Котлеты Любительские с соусом красным основным                                         | ТТК №286, ТТК №362               | 100                       | 198                      | 11                    | 11   | 14      |
| 2                    | Макаронные изделия отварные                                                            | ТТК №307С                        | 170                       | 213                      | 6                     | 5    | 36      |
| 3                    | Чай полусладкий с черносливом                                                          | ТТК №515С                        | 217                       | 55                       | 0                     | 0    | 14      |
| 4                    | Хлеб/Батон (порциями)                                                                  | №1 с6.2004/ТТК №27               | 35                        | 70                       | 2                     | 0    | 14      |
|                      | Итого                                                                                  |                                  | 522                       | 536                      | 19                    | 16   | 78      |
|                      | 1-я неделя / 3. среда                                                                  |                                  |                           |                          |                       |      |         |
|                      | Пюре картофельное с сосиской отварной для детского питания, 1 шт                       | ТТК №308С, №413 с6.2004          | 230                       | 356                      | 13                    | 14   | 43      |
| 2                    | Чай с сахаром                                                                          | №685 с6.2004                     | 215                       | 57                       | 0                     | 0    | 15      |
| 3                    | Хлеб/Батон (порциями)                                                                  | №1 с6.2004/ТТК №27               | 35                        | 70                       | 2                     | 0    | 14      |
| 4                    | Вафли неглазированные, 1 шт                                                            |                                  | 20                        | 81                       | 1                     | 5    | 9       |
|                      | Итого                                                                                  |                                  | 500                       | 564                      | 16                    | 19   | 81      |
|                      | 1-я неделя / 4. четверг                                                                |                                  |                           |                          |                       |      |         |
| 1                    | Биточки Дружба с соусом красным основным                                               | ТТК №355, ТТК №362               | 100                       | 180                      | 10                    | 11   | 10      |
| 2                    | Каша гречневая вязкая                                                                  | ТТК №302С                        | 170                       | 200                      | 5                     | 6    | 32      |
| 3                    | Чай с сахаром                                                                          | №685 с6.2004                     | 215                       | 57                       | 0                     | 0    | 15      |
| 4                    | Хлеб/Батон (порциями)                                                                  | №1 с6.2004/ТТК №27               | 30                        | 60                       | 2                     | 0    | 12      |
|                      | Итого                                                                                  |                                  | 515                       | 497                      | 17                    | 17   | 69      |
|                      | 1-я неделя / 5. пятница                                                                |                                  |                           |                          |                       |      |         |
| 1                    | Гуляш из филе птицы                                                                    | №437 с6.2004                     | 90                        | 182                      | 11                    | 14   | 3       |
| 2                    | Макаронные изделия отварные с доп.гарниром овощи свежие порционно                      | ТТК №307С, табл.24 с6.1996       | 180                       | 213                      | 6                     | 5    | 36      |
| 3                    | Напиток из шиповника с апельсином                                                      | ТТК №501С                        | 200                       | 66                       | 0                     | 0    | 17      |
| 4                    | Хлеб/Батон (порциями)                                                                  | №1 с6.2004/ТТК №27               | 35                        | 70                       | 2                     | 0    | 14      |
|                      | Итого                                                                                  |                                  | 505                       | 531                      | 19                    | 19   | 70      |
|                      | 1-я неделя / 6. суббота                                                                |                                  |                           |                          |                       |      |         |
| 1                    | Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным с доп.гарниром сыр твердый порционно | №510 табл.4 с6.2004, №97 с6.2004 | 215                       | 325                      | 14                    | 16   | 30      |
| 2                    | Чай с сахаром                                                                          | №685 с6.2004                     | 215                       | 57                       | 0                     | 0    | 15      |
| 3                    | Хлеб/Батон (порциями)                                                                  | №1 с6.2004/ТТК №27               | 40                        | 80                       | 3                     | 0    | 16      |
| 4                    | Пряники, 1 шт                                                                          |                                  | 39                        | 87                       | 2                     | 3    | 13      |
|                      | Итого                                                                                  |                                  | 509                       | 549                      | 19                    | 19   | 74      |
|                      | 2-я неделя / 1. понедельник                                                            |                                  |                           |                          |                       |      |         |
| 1                    | Каша молочная Дружба с маслом сливочным, яйцо вареное 1 шт                             | ТТК №84, №337 с6.2004            | 233                       | 305                      | 12                    | 13   | 36      |
| 2                    | Напиток витаминный                                                                     | ТТК №505С                        | 200                       | 78                       | 0                     | 0    | 19      |
| 3                    | Хлеб/Батон (порциями)                                                                  | №1 с6.2004/ТТК №27               | 30                        | 60                       | 2                     | 0    | 12      |
| 4                    | Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт                                                 |                                  | 40                        | 108                      | 2                     | 4    | 16      |
|                      | Итого                                                                                  |                                  | 503                       | 551                      | 16                    | 17   | 83      |

| №<br>п/п | День недели / Блюдо                                                               | Номер рецептуры           | Выход одного<br>блюда, г. | Энерг.<br>цен.<br>(Ккал) | Пищевые вещества, (г) |           |           |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------|--------------------------|-----------------------|-----------|-----------|
|          |                                                                                   |                           |                           |                          | Белки                 | Жиры      | Углеводы  |
|          | <b>2-я неделя / 2.вторник</b>                                                     |                           |                           |                          |                       |           |           |
| 1        | Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп.гарниром<br>овощи свежие порционно | ТТК №100С,табл.24 с6.1996 | 200                       | 240                      | 13                    | 12        | 20        |
| 2        | Чай с сахаром                                                                     | №685 с6.2004              | 215                       | 57                       | 0                     | 0         | 15        |
| 3        | Хлеб/Батон (порциями)                                                             | №1 с6.2004/ТТК №27        | 50                        | 100                      | 3                     | 1         | 21        |
| 4        | Пряники, 1 шт                                                                     |                           | 39                        | 87                       | 2                     | 3         | 13        |
|          | <b>Итого</b>                                                                      |                           | <b>504</b>                | <b>484</b>               | <b>18</b>             | <b>16</b> | <b>69</b> |
|          | <b>2-я неделя / 3.среда</b>                                                       |                           |                           |                          |                       |           |           |
| 1        | Биточки Дружба с соусом красным основным                                          | ТТК №355, ТТК №362        | 100                       | 180                      | 10                    | 11        | 10        |
| 2        | Макаронные изделия отварные                                                       | ТТК №307С                 | 170                       | 213                      | 6                     | 5         | 36        |
| 3        | Чай с сахаром                                                                     | №685 с6.2004              | 215                       | 57                       | 0                     | 0         | 15        |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                             | №1 с6.2004/ТТК №27        | 30                        | 60                       | 2                     | 0         | 12        |
|          | <b>Итого</b>                                                                      |                           | <b>515</b>                | <b>510</b>               | <b>18</b>             | <b>16</b> | <b>73</b> |
|          | <b>2-я неделя / 4. четверг</b>                                                    |                           |                           |                          |                       |           |           |
| 1        | Свекла отварная                                                                   | ТТК №601С                 | 60                        | 24                       | 1                     | 0         | 5         |
| 2        | Плов из цыплят                                                                    | №492 с6.2004              | 200                       | 368                      | 13                    | 16        | 43        |
| 3        | Напиток апельсиновый                                                              | ТТК №510С                 | 200                       | 68                       | 0                     | 0         | 17        |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                             | №1 с6.2004/ТТК №27        | 40                        | 80                       | 3                     | 0         | 16        |
|          | <b>Итого</b>                                                                      |                           | <b>500</b>                | <b>540</b>               | <b>17</b>             | <b>16</b> | <b>81</b> |
|          | <b>2-я неделя / 5. пятница</b>                                                    |                           |                           |                          |                       |           |           |
| 1        | Фрикасе                                                                           | ТТК №290С                 | 100                       | 180                      | 11                    | 14        | 4         |
| 2        | Каша гречневая вязкая                                                             | ТТК №302С                 | 170                       | 200                      | 5                     | 6         | 32        |
| 3        | Чай с сахаром                                                                     | №685 с6.2004              | 215                       | 57                       | 0                     | 0         | 15        |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                             | №1 с6.2004/ТТК №27        | 45                        | 90                       | 3                     | 0         | 18        |
|          | <b>Итого</b>                                                                      |                           | <b>530</b>                | <b>527</b>               | <b>19</b>             | <b>20</b> | <b>69</b> |
|          | <b>2-я неделя / 6. суббота</b>                                                    |                           |                           |                          |                       |           |           |
| 1        | Паста с сыром                                                                     | ТТК №301С                 | 170                       | 352                      | 16                    | 16        | 36        |
| 2        | Чай с сахаром и лимоном                                                           | №686 с6.2004              | 220                       | 58                       | 0                     | 0         | 15        |
| 3        | Хлеб/Батон (порциями)                                                             | №1 с6.2004/ТТК №27        | 30                        | 60                       | 2                     | 0         | 12        |
| 4        | Пюре фруктовое, 1 шт                                                              |                           | 90                        | 32                       | 0                     | 0         | 8         |
|          | <b>Итого</b>                                                                      |                           | <b>510</b>                | <b>502</b>               | <b>18</b>             | <b>16</b> | <b>71</b> |

|  |                                         |  |             |                |              |             |                 |
|--|-----------------------------------------|--|-------------|----------------|--------------|-------------|-----------------|
|  | <b>ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ</b> |  |             | <b>Эн.цен.</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> |
|  | <b>ВСЕГО</b>                            |  | <b>6122</b> | <b>6353</b>    | <b>212</b>   | <b>210</b>  | <b>900</b>      |

Заведующий производством



(расшифровка подписи)