



Утверждаю
 Директор ООО "СОП"
 Гастигнева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс 2023 г.

Стоимость питания - 64,19 руб.

с 07.11.2023 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	Плов с мясом говядины рубленным (фарш) с доп. гарниром икра кабачковая, 30/150/30	ТТК №107С	210	52,70	360	13	15	41
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 сб. 2004 г.	215	3,00	57	0	0	15
3	Батон	ТТК №27	36	2,09	90	3	1	17
4	Пряник Зареченский, 1 шт.		39	6,40	148	2	2	30
	Итого		500	64,19	655	18	18	104
1-я неделя / 2. вторник								
1	Картофель тушеный с филе птицы рубленным (фарш) с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	ТТК №100С, табл.24 сб. 1996 г.	225	54,40	238	15	10	21
2	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	2,30	40	0	0	10
3	Хлеб Сельский	№1 сб. 2004 г.	35	2,49	108	2	0	16
4	Печенье формовое, 2 шт.		30	5,00	141	2	5	21
	Итого		500	64,19	527	19	16	67
1-я неделя / 3. среда								
1	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/5/48/1 шт.	№510 табл.4 сб.2004 г., №137	223	30,90	310	13	12	38
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 сб. 2004 г.	222	5,00	59	0	0	15
3	Хлеб Сельский	№1 сб. 2004 г.	29	2,29	90	2	0	13
4	Пирожное песочное Лакомка, 1 шт		50	26,00	227	2	14	32
	Итого		524	64,19	686	17	26	98
1-я неделя / 4. четверг								
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20 (п/ф 95 г.)	ТТК №286, ТТК №362	100	46,70	205	12	11	12
2	Макаронные изделия отварные	№516 сб. 2004 г.	180	9,80	225	6	6	38
3	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	5,60	54	1	0	14
4	Хлеб Сельский	№1 сб. 2004 г.	26	2,09	81	1	0	12
	Итого		523	64,19	565	21	17	75
1-я неделя / 5. пятница								
1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	100	47,90	250	21	15	4
2	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 сб.2004 г.	160	9,60	169	5	6	24
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	4,30	77	0	0	19
4	Батон	ТТК №27	40	2,39	100	3	1	19
	Итого		500	64,19	596	29	22	65
1-я неделя / 6. суббота								
1	Бутерброд (хлеб Сельский) с сыром, 45/30	ТТК №600С	75	28,69	244	10	8	20
2	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, 180/5	ТТК №84	185	19,50	226	6	7	35
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 сб. 2004 г.	222	5,00	59	0	0	15
4	Изделие слоеное Круассан с начинкой, 1 шт.		27	11,00	90	1	6	14
	Итого		509	64,19	619	16	21	85
2-я неделя / 1. понедельник								
1	Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20 (п/ф 99 г.)	ТТК №355, ТТК №362	100	46,70	180	10	11	10
2	Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый конс. припущенный, 150/15	№516 сб. 2004 г., ТТК №602С	165	11,70	192	6	5	33
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 сб. 2004 г.	215	3,00	57	0	0	15
4	Хлеб Сельский	№1 сб. 2004 г.	35	2,79	108	2	0	16
	Итого		515	64,19	537	18	16	74
2-я неделя / 2. вторник								
1	Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	№413 сб.2004 г., ТТК №362	100	43,80	189	8	17	1
2	Каша пшеничная вязкая	№510 табл.4 сб.2004 г.	160	6,40	166	4	5	26
3	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	9,10	68	0	0	17
4	Хлеб Сельский	№1 сб. 2004 г.	23	1,79	71	1	0	10
5	Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	ТТК №133	50	3,10	141	4	2	27
	Итого		533	64,19	635	18	24	81
2-я неделя / 3. среда								
1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 160/5/15	№510 табл.4 сб.2004 г., №97 сб.2004 г.	180	28,70	282	10	11	35
2	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	5,60	54	1	0	14
3	Батон	ТТК №27	34	1,99	85	2	1	16
5	Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт		125	27,90	45	0	0	11
	Итого		556	64,19	466	13	12	76

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс 2023 г.

Стоимость питания - 64,19 руб.

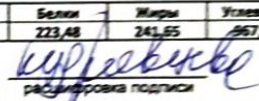
с 07.11.2023 г.

№ 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 / 4. четверг								
1	Гуляш из филе птицы, 45/45	№437 сб. 2004 г.	90	44,40	190	12	15	3
2	Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 150/30	№510 табл. А сб. 2004 г., табл. 24 сб. 1998 г.	180	14,50	161	5	6	23
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 сб. 2004 г.	215	3,00	57	0	0	15
4	Хлеб Сельский	№1 сб. 2004 г.	29	2,29	90	2	0	13
Итого			514	64,19	498	18	21	54
2-я неделя / 5. пятница								
1	Филе минтая запеченное с овощами (поджарка)	№231 сб. 2017 г.	90	42,00	156	15	16	8
2	Пюре картофельное	№520 сб. 2004 г.	150	15,10	146	3	5	18
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 сб. 2004 г.	222	5,00	59	0	0	15
4	Батон	ТТК №27	38	2,09	95	3	1	18
Итого			500	64,19	456	21	22	59
2-я неделя / 6. суббота								
1	Каша гречневая молочная с маслом сливочным, 170/10	№510 табл. А сб. 2004 г.	180	23,50	270	8	11	35
2	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	11,00	78	0	0	19
3	Хлеб Сельский	№1 сб. 2004 г.	32	2,49	99	2	0	14
4	Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3	ТТК №161	113	27,20	390	7	14	61
Итого			525	64,19	837	16	25	129

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ					Эн.цен.	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО					7 077	223,48	241,65	967,48

Заведующий производством




расшифровка подписи