

Согласовано

Директор



Утверждаю

Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов 2024 г.

Стоимость питания - 81,20 руб.

Вид меню: Горячий завтрак для детей из многодетных семей 2024 г.

Стоимость питания - 70,34 руб. (скидка - 10,86 руб.)

с 01.09.2024 г.

№ 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						
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК № 286, ТТК № 362	100	205	12	11	12
2	Макаронные изделия отварные	сб.2004 г. №516	180	225	6	6	38
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК №501С	200	66	0	0	17
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	33	102	2	0	15
5	Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт		40	144	2	2	29
	Итого		553	742	23	19	111
	1-я неделя / 2. вторник						
1	Филе минтая запеченное с овощами	сб.2017 г. №231	100	174	16	18	8
2	Пюре картофельное	сб.2004 г. №520	200	194	4	7	24
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 сб.2004 г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	40	124	2	0	18
	Итого		555	549	23	25	66
	1-я неделя / 3. среда						
2	Биточки Дружба с соусом сметанным, 80/20	ТТК № 355, №600 сб. 2004 г.	100	234	12	15	13
3	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/35	№510 табл.4 сб.2004 г., табл.№24 сб. 1996 г.	215	193	6	7	27
4	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	54	1	0	14
5	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	34	105	2	0	15
	Итого		566	586	20	22	69
	1-я неделя / 4. четверг						
1	Цыпленок отварной (голень)	ТТК №287	110	250	21	15	4
2	Рис отварной	сб. 2017 г. №304	190	270	5	8	43
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 сб. 2004 г.	215	57	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	35	108	2	0	16
	Итого		550	685	28	23	77
	1-я неделя / 5. пятница						
1	Котлеты Крепыш с соусом красным основным, 75/25	ТТК №336, ТТК №362	100	227	13	14	11
2	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/35	№510 табл.4 сб.2004 г., табл.№24 сб. 1996 г.	215	193	6	7	27
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 сб.2004 г.	222	59	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	37	115	2	0	17
	Итого		574	594	21	21	71
	1-я неделя / 6. суббота						
1	Сосиски отварные для детского питания с соусом красным основным, 80/20	сб. 2004 г. №413, ТТК №362	100	189	8	17	1
2	Макаронные изделия отварные	сб. 2004 г. №516	190	238	7	6	40
3	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	65	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	26	81	1	0	12
5	Печенье сдобное, 1 шт		37	171	3	7	23
	Итого		553	744	19	31	92
	2-я неделя / 1. понедельник						
1	Гуляш из филе птицы, 55/55	№437 сб. 2004 г.	110	233	14	18	4
2	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/30	сб.2004 г. №510 табл.4, сб. рец. 1996 г., табл. №24	210	189	5	7	27
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 сб.2004 г.	222	59	0	0	15
4	Хлеб (порциями)	сб.2004 г. №1	33	102	2	0	15
	Итого		575	583	22	25	61

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов 2024 г.

Стоимость питания - 81,20 руб.

Вид меню: Горячий завтрак для детей из многодетных семей 2024 г.

Стоимость питания - 70,34 руб. (скидка - 10,86 руб.)

с 01.09.2024 г.

№ п/п	День недели /Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	2-я неделя / 2. вторник						
1	Биточки Дружба с соусом сметаным, 80/20	ТТК № 355, №600 С6. 2004 г.	100	234	12	15	13
2	Каша пшеничная вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	190	198	5	6	31
3	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	22	68	1	0	10
5	Печенье бисквитное, 1 шт		28	123	1	5	18
	Итого		550	663	20	26	82
	2-я неделя / 3. среда						
1	Салат из свежей капусты	С6. 2017 г. № 45	100	88	2	5	9
2	Плов из филе цыплят, 50/170	С6. 2004 г. № 492	220	353	15	15	44
3	Компот из ягод	ТТК №506С	200	66	0	0	16
4	Хлеб (порциями)	С6. 2004 г., №1	30	93	2	0	14
	Итого		550	600	19	20	84
	2-я неделя / 4. четверг						
1	Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 220/30	ТТК №102С, с6. рец. 1996 г., табл. №24	250	275	14	15	21
2	Чай с сахаром, 200/15		215	57	0	0	15
3	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	46	143	3	0	21
4	Пряники, 1 шт		39	148	2	2	30
	Итого		550	623	19	17	87
	2-я неделя / 5. пятница						
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК №286, ТТК №362	100	205	12	11	12
2	Рис отварной с овощным миксом (зам. горошек и кукуруза)	ТТК №300С	200	258	5	8	42
3	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	40	124	2	0	18
	Итого		550	627	19	19	82
	2-я неделя / 6. суббота						
1	Цыплята запеченные (голень) (со сметаной)	ТТК №336	110	334	27	22	1
2	Макаронные изделия отварные	С6.2004 г. №516	200	249	7	6	43
3	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб (порциями)	С6.2004 г. №1	30	93	2	0	14
	Итого		550	716	36	28	67

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ			Эн.цен	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО			7 712	267	277	948

Заведующий производством

Шеня К. Ю. / Шеня К. Ю. /
расшифровка подписи

расшифровка подписи