

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 2025 г.

Стоимость питания - 88,60 руб.

Вид меню: Горячий завтрак для детей из многодетных семей 2025 г.

Стоимость питания - 73,15 руб. (скидка - 15,45 руб.)

СЛУЖБА  
ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

с 09.01.2025

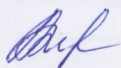
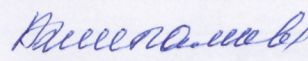
| №<br>п/п | День недели /Блюдо                                                               | Номер рецептуры                              | Выход одного<br>блюда, г. | Энерг.<br>цен.<br>(Ккал) | Пищевые вещества, (г.) |      |          |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------|--------------------------|------------------------|------|----------|
|          |                                                                                  |                                              |                           |                          | 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                                                      | №516 с6.2004 г.                              | 200                       | 249                      | 7                      | 6    | 43       |
| 3        | Напиток из шиповника с апельсином                                                | ТТК №501С                                    | 200                       | 66                       | 0                      | 0    | 17       |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                            | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                      | 37                        | 115                      | 2                      | 0    | 17       |
| 5        | Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт                                           |                                              | 40                        | 144                      | 2                      | 2    | 29       |
|          | Итого                                                                            |                                              | 577                       | 779                      | 24                     | 20   | 117      |
|          | 1-я неделя / 2. вторник                                                          |                                              |                           |                          |                        |      |          |
| 1        | Гуляш из филе птицы, 50/50                                                       | №437 с6. 2004 г.                             | 100                       | 211                      | 13                     | 16   | 4        |
| 2        | Пюре картофельное                                                                | №520 с6.2004 г.                              | 180                       | 175                      | 4                      | 7    | 22       |
| 3        | Чай полусладкий, 200/10                                                          | ТТК №512С                                    | 210                       | 40                       | 0                      | 0    | 10       |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                            | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                      | 31                        | 96                       | 2                      | 0    | 14       |
| 5        | Булочка Маковка                                                                  | ТТК №14                                      | 65                        | 244                      | 5                      | 9    | 35       |
|          | Изделие бисквитное Мини Маффины, 1 шт                                            |                                              | 29                        |                          |                        |      |          |
|          | Итого                                                                            |                                              | 586/550                   | 766                      | 23                     | 32   | 84       |
|          | 1-я неделя / 3. среда                                                            |                                              |                           |                          |                        |      |          |
| 1        | Биточки Дружба с соусом сметанным, 80/20                                         | ТТК № 355, №600 С6. 2004 г.                  | 100                       | 234                      | 12                     | 15   | 13       |
| 2        | Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 200/30    | №510 табл.4 с6.2004 г., табл.№24 с6. 1996 г. | 230                       | 214                      | 6                      | 7    | 30       |
| 3        | Напиток апельсиновый                                                             | ТТК №510С                                    | 200                       | 68                       | 0                      | 0    | 17       |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                            | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                      | 32                        | 99                       | 2                      | 0    | 14       |
|          | Итого                                                                            |                                              | 562                       | 615                      | 21                     | 22   | 74       |
|          | 1-я неделя / 4. четверг                                                          |                                              |                           |                          |                        |      |          |
| 1        | Рыба, тушенная в томате с овощами (филе минтая)                                  | №374 с6.2004                                 | 100                       | 109                      | 10                     | 5    | 9        |
| 2        | Рис отварной с доп.гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/45            | №304 с6.2017 г., табл.№24 с6. 1996 г.        | 225                       | 266                      | 5                      | 7    | 42       |
| 3        | Компот из ягод                                                                   | ТТК №506С                                    | 200                       | 66                       | 0                      | 0    | 16       |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                            | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                      | 32                        | 99                       | 2                      | 0    | 14       |
|          | Итого                                                                            |                                              | 557                       | 540                      | 17                     | 12   | 82       |
|          | 1-я неделя / 5. пятница                                                          |                                              |                           |                          |                        |      |          |
| 1        | Салат из квашеной капусты                                                        | табл.№81 с6. 2002г.                          | 100                       | 83                       | 2                      | 5    | 8        |
| 2        | Котлеты Крепыш с соусом красным основным, 75/25                                  | ТТК №336, ТТК №362                           | 100                       | 227                      | 13                     | 14   | 11       |
| 3        | Каша гречневая вязкая                                                            | №510 табл.4 с6.2004 г                        | 190                       | 200                      | 6                      | 7    | 28       |
| 4        | Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7                                          | ТТК №515С                                    | 217                       | 55                       | 0                      | 0    | 14       |
| 5        | Хлеб/Батон (порциями)                                                            | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                      | 34                        | 105                      | 2                      | 0    | 15       |
|          | Итого                                                                            |                                              | 641                       | 670                      | 22                     | 27   | 77       |
|          | 1-я неделя / 6. суббота                                                          |                                              |                           |                          |                        |      |          |
| 1        | Сосиски для детского питания отварные с овощами (огурцы свежие порционно), 50/50 | №413 с6.2004г., табл.№24 с6.1996г.           | 100                       | 98                       | 6                      | 8    | 1        |
| 2        | Макаронные изделия отварные                                                      | №516 с6.2004 г.                              | 180                       | 225                      | 6                      | 6    | 38       |
| 3        | Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5                                                | №686 с6.2004 г.                              | 220                       | 58                       | 0                      | 0    | 15       |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                            | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                      | 27                        | 84                       | 1                      | 0    | 12       |
| 5        | Изделие бисквитное Мини рулет, 1 шт                                              |                                              | 35                        | 154                      | 1                      | 7    | 22       |
|          | Итого                                                                            |                                              | 562                       | 619                      | 16                     | 20   | 89       |

с 09.01.2025

| №<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 / 1.понедельник</b>                                                                     |                                        |                           |                          |                        |           |            |
| 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                              | 180                       | 232                      | 4                      | 7         | 38         |
| 3        | Чай с сахаром, 200/15                                                                                 | №685 с6. 2004 г.                       | 215                       | 57                       | 0                      | 0         | 15         |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                                                 | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                | 32                        | 99                       | 2                      | 0         | 14         |
| 5        | Вафли Молочные, 1 шт                                                                                  |                                        | 30                        | 158                      | 1                      | 9         | 17         |
|          | <b>Итого</b>                                                                                          |                                        | <b>557</b>                | <b>751</b>               | <b>19</b>              | <b>27</b> | <b>96</b>  |
|          | <b>2-я неделя / 2.вторник</b>                                                                         |                                        |                           |                          |                        |           |            |
| 1        | Цыплята отварные (голень)                                                                             | ТТК №287                               | 110                       | 275                      | 23                     | 17        | 4          |
| 2        | Макаронные изделия отварные с доп.гарниром горошек зеленый припущенный, 200/15                        | №516 с6.2004 г., ТТК №602С             | 215                       | 260                      | 7                      | 7         | 44         |
| 3        | Напиток лимонный                                                                                      | ТТК №511С                              | 200                       | 65                       | 0                      | 0         | 15         |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                                                 | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                | 31                        | 96                       | 2                      | 0         | 14         |
|          | <b>Итого</b>                                                                                          |                                        | <b>556</b>                | <b>696</b>               | <b>32</b>              | <b>24</b> | <b>78</b>  |
|          | <b>2-я неделя / 3.среда</b>                                                                           |                                        |                           |                          |                        |           |            |
| 1        | Салат из квашеной капусты                                                                             | табл.№81 с6. 2002г.                    | 100                       | 83                       | 2                      | 5         | 8          |
| 2        | Плов из филе цыплат, 50/200                                                                           | № 492 с6. 2004 г.                      | 250                       | 401                      | 16                     | 16        | 54         |
| 3        | Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7                                                                     | №686 с6.2004 г.                        | 222                       | 59                       | 0                      | 0         | 15         |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                                                 | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                | 34                        | 105                      | 2                      | 0         | 15         |
|          | <b>Итого</b>                                                                                          |                                        | <b>606</b>                | <b>648</b>               | <b>20</b>              | <b>21</b> | <b>92</b>  |
|          | <b>2-я неделя / 4. четверг</b>                                                                        |                                        |                           |                          |                        |           |            |
| 1        | Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп.гарниром овощи соленные (огурцы) порционно, 220/10 | ТТК №102С, с6. рец. 1996 г., табл. №24 | 230                       | 273                      | 14                     | 15        | 21         |
| 2        | Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5                                                                     | №686 с6. 2004 г.                       | 220                       | 58                       | 0                      | 0         | 15         |
| 3        | Хлеб/Батон (порциями)                                                                                 | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                | 25                        | 77                       | 1                      | 0         | 11         |
| 4        | Пирожки печеные с курагой                                                                             | №738 с6.2004 г.                        | 80                        | 206                      | 5                      | 2         | 42         |
|          | Пряники (Северные или Зареченские), 2 шт                                                              |                                        | 78                        |                          |                        |           |            |
|          | <b>Итого</b>                                                                                          |                                        | <b>552/550</b>            | <b>614</b>               | <b>21</b>              | <b>17</b> | <b>89</b>  |
|          | <b>2-я неделя / 5.пятница</b>                                                                         |                                        |                           |                          |                        |           |            |
| 1        | Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20                                                       | ТТК №355, ТТК №362                     | 100                       | 180                      | 10                     | 11        | 10         |
| 2        | Макаронные изделия отварные                                                                           | №516 с6.2004 г.                        | 180                       | 225                      | 6                      | 6         | 38         |
| 3        | Кофейный напиток                                                                                      | ТТК №503С                              | 200                       | 77                       | 0                      | 0         | 19         |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                                                 | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                | 40                        | 124                      | 2                      | 0         | 18         |
| 5        | Печенье сдобное Домашнее, 1 шт                                                                        |                                        | 37                        | 171                      | 3                      | 7         | 23         |
|          | <b>Итого</b>                                                                                          |                                        | <b>557</b>                | <b>777</b>               | <b>21</b>              | <b>25</b> | <b>109</b> |
|          | <b>2-я неделя / 6.суббота</b>                                                                         |                                        |                           |                          |                        |           |            |
| 1        | Сосиски для детского питания отварные с овощами (помидоры свежие порционно), 50/50                    | №413 с6.2004г., табл.№24 с6.1996г.     | 100                       | 105                      | 7                      | 8         | 2          |
| 2        | Каша гречневая вязкая                                                                                 | №510 табл.4 с6.2004 г                  | 180                       | 189                      | 5                      | 7         | 27         |
| 3        | Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5                                                                     | №686 с6.2004 г.                        | 220                       | 58                       | 0                      | 0         | 15         |
| 4        | Хлеб/Батон (порциями)                                                                                 | №1 с6. 2004 г., ТТК №27                | 37                        | 115                      | 2                      | 0         | 17         |
| 5        | Печенье бисквитное Лотте Чокопай, 1 шт                                                                |                                        | 28                        | 123                      | 1                      | 5         | 18         |
|          | <b>Итого</b>                                                                                          |                                        | <b>565</b>                | <b>590</b>               | <b>15</b>              | <b>20</b> | <b>79</b>  |

|                                  |  |  |        |       |      |          |
|----------------------------------|--|--|--------|-------|------|----------|
| ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ |  |  | Эн.цен | Белки | Жиры | Углеводы |
| ВСЕГО                            |  |  | 8 065  | 250   | 268  | 1 066    |

Заведующий производством

расшифровка подписи