

Согласовано
Директор



Утверждаю
Директор ООО "СОП"
Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для детей из многодетных семей 2023 г.

Стоимость питания - 67,63 руб.

с 01.09.2023 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	Каша молочная овсяная с маслом сливочным, 160/5	№510 табл.4 сб.2004 г.	165	15,80	214	7	9	28
2	Нектар в ассортименте	ТТК №500С	200	18,90	132	1	0	34
3	Хлеб белый	№1 сб.2004 г.	34	2,73	82	3	0	17
4	Рогалик с изюмом	ТТК №38	75	13,80	246	5	5	45
5	Десерт фруктовый (яблоко)	ТТК №389	85	16,40	40	0	0	8
	Итого		559	67,63	714	15	14	132
	1-я неделя / 2. вторник							
1	Овощи свежие (огурцы) порционно	табл. №24 сб.2004 г.	60	7,70	7	0	0	1
2	Картофель тушенный с фаршем из мяса птицы, 40/160	ТТК №100С	200	49,80	299	12	19	21
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 сб.2004 г.	215	3,00	57	0	0	15
4	Хлеб белый	№1 сб.2004 г.	42	3,33	102	3	0	21
5	Булочка Школьная	ТТК №371	50	3,80	142	5	2	26
	Итого		567	67,63	607	21	21	84
	1-я неделя / 3. среда							
1	Гуляш из филе индейки, 50/50	ТТК №101С	100	45,40	127	17	5	3
2	Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 160/20	№510 табл.4, 24 сб.2004 г.	180	12,20	191	6	7	27
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	4,30	62	1	0	15
4	Хлеб белый	№1 сб.2004 г.	32	2,53	77	3	0	16
5	Булочка с маком/батон с маком	№772 сб.2004 г.	50	3,20	141	4	2	27
	Итого		562	67,63	598	30	14	89
	1-я неделя / 4. четверг							
1	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1 шт.	№510 табл.4 сб.2004 г., №337 сб.2004 г.	228	30,60	234	9	12	22
2	Кофейный напиток с молоком	ТТК №504С	200	9,60	91	2	2	18
3	Батон	ТТК №27	24	1,43	60	2	1	12
4	Пирожное песочное Лакомка, 1 шт.		50	26,00	222	2	14	31
	Итого		502	67,63	607	15	28	83
	1-я неделя / 5. пятница							
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	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 белый	№1 сб.2004 г.	30	2,43	73	2	0	15
5	Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	ТТК №133	50	3,10	141	4	2	27
	Итого		577	67,63	698	25	18	106
	1-я неделя / 6. суббота							
1	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, 180/10	№510 табл.4 сб.2004 г.	190	23,60	204	5	9	27
2	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	9,10	65	0	0	17
3	Хлеб белый	№1 сб.2004 г.	30	2,43	73	2	0	15
4	Сосиска в тесте, 53/50	№747 сб.2004 г.	103	32,50	259	9	16	21
	Итого		523	67,63	601	16	25	80
	2-я неделя / 1. понедельник							
1	Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20	ТТК №355, ТТК №362	100	46,70	180	10	11	10
2	Макаронные изделия отварные с зел.горошком консерв., припущенным, 170/20	№516 сб.2004 г., ТТК №602С	190	13,80	220	7	5	37
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 сб.2004 г.	222	5,00	59	0	0	15
4	Батон	ТТК №27	36	2,13	90	3	1	17
	Итого		548	67,63	549	19	17	80

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для детей из многодетных семей 2023 г.

Стоимость питания - 67,63 руб.

с 01.09.2023 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 / 2. вторник							
1	Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	№413 с6.2004 г., ТТК №362	100	43,90	189	8	17	1
2	Каша пшеничная вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	160	6,40	166	4	5	26
3	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	9,10	65	0	0	17
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	25	2,03	60	2	0	13
5	Булочка Российская	№775 с6.2004 г.	60	6,20	196	4	5	34
	Итого		545	67,63	676	18	27	90
	2-я неделя / 3. среда							
1	Каша пшенная молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 180/5/48/1 шт.	№510 табл.4 с6.2004 г., №337 с6.2004 г.	233	28,30	282	12	12	33
2	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	11,00	78	0	0	0
3	Хлеб целебный ржаной	№1 с6.2004 г.	38	3,33	83	3	0	19
4	Корж Молочный, 1 шт.		65	25,00	223	4	6	38
	Итого		536	67,63	666	18	19	90
	2-я неделя / 4. четверг							
1	Овощи свежие (помидоры) порционно	табл. №24 с6.2004 г.	60	5,00	14	1	0	2
2	Гуляш из филе птицы, 45/45	№437 с6.2004 г.	90	44,30	190	12	15	3
3	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	150	9,00	158	5	6	22
4	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004 г.	215	3,00	57	0	0	15
5	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	34	2,73	82	3	0	17
	Сдоба обыкновенная	ТТК №766	50	3,60	127	3	3	21
	Итого		599	67,63	628	23	24	81
	2-я неделя / 5. пятница							
1	Поджарка из филе минтая	№231 с6.2017 г.	100	41,20	174	16	18	8
2	Пюре картофельное	№520 с6.2004 г.	180	18,10	175	4	7	22
3	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	5,60	54	1	0	14
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	34	2,73	82	3	0	17
	Итого		531	67,63	485	23	24	61
	2-я неделя / 6. суббота							
1	Каша гречневая молочная с маслом сливочным, 170/10	№510 табл.4 с6.2004 г.	180	23,50	191	5	6	21
2	Какао с молоком	ТТК №502С	200	15,40	127	4	4	20
3	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	27	2,13	65	2	0	14
4	Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3	ТТК №161	113	26,60	252	3	6	28
	Итого		520	67,63	635	14	17	83
	ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ				Эн.цен.	Белки	Жиры	Углеводы
	ВСЕГО				7 464	237,07	249,77	1059,62