

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ООО «Служба организации питания»
Евстигнеева С.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор
Образовательного учреждения



Примерное двухнедельное меню

для организации питания детей из многодетных семей в
образовательных учреждениях

Г. Зеленодольск

Примерное двухнедельное меню для организации питания в общеобразовательных учреждениях



Вид меню: Горячий завтрак для детей из многодетных семей

Стоимость питания 63,74 руб.

№ п/п	Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г,	Энерг, цен, (Ккал)	Пищевые вещества, (г,)		
	наименование и краткая характеристика				Белки	Жиры	Углеводы
	1-я неделя / 1.понедельник						
1	Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	ТТК №355	90	219,00	12,07	13,32	12,02
2	Каша гречневая вязкая	№510,табл. 4 Сборн.2004г	170	179,00	5,11	6,27	25,09
3	Компот из ягод	ТТК № 359	200	66,00	0,2	0,08	16,43
4	Хлеб целебный ржаной	ТТК № 1	32	70,00	2,27	0,38	16,32
5	Булочка "Творожная"	№ 786 Сб. рец 2004 г	40	129,00	4,66	3,48	19,45
	итого		532,00	663	24	24	89
	1-я неделя / 2.вторник						
1	Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы (40/160)	ТТК №100С	200	297	12,13	18,76	20,35
2	Чай с сахаром с лимоном (200/7)	№686 сб. рец. № 2004 г	207	59	0,26	0,06	15,22
3	Батон	ТТК 27	27	68	1,95	0,66	12,99
4	Ватрушка с творогом	Сборник 2004 г. № 741	75	216	8,24	7,11	29,36
	итого		509,00	640	23	27	78
	1-я неделя / 3.среда						
1	Гуляш из филе индейки (50/50)	ТТК №101С	100	127	16,56	4,84	3,37
2	Макаронные изделия отварные	№ 516,332 Сборн 2004г	170	213	5,9	5,43	36,2
3	Кофейный напиток	ТТК № 307	200	62	0,8	0,4	15,37
4	Хлеб белый	№ 1 сб, рец 2004 г	28	68	2,21	0,22	14,22
5	Пирожки печёные с повидлом	№ 738 Сборник 2004 г	70	189	3,92	1,59	39,95
	итого		568	659	29	12	109
	1-я неделя / 4.четверг						
1	Сосиски отварные	№ 413 Сб. рец. 2004г	80	213	8,8	19,12	1,28
2	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным (160/5)	№510,табл. 4 Сборн.2004г	165	228	6,72	7,2	35,03
3	Чай с сахаром с лимоном (200/7)	№686 сб. рец. № 2004 г	207	59	0,26	0,06	15,2
4	Хлеб целебный ржаной	№ 1 сб, рец 2004 г	30	66	2,13	0,36	15,3
5	Булочка Домашняя	Сборн. 2004г. рец. № 769	50	185	3,52	6,45	27,99
	итого		532	751	21	33	95
	1-я неделя / 5.пятница						
1	Салат из квашеной капусты	Сбор. 2004, рец. № 45	60	49	0,95	3,05	4,61
2	Плов из филе цыплят (40/170)	№492Сб,рец2004 г	210	318	13,38	11,51	45,71
3	Напиток из шиповника с апельсином	ТТК № 501С	200	66	0,25	0,07	16,71
4	Хлеб целебный ржаной	№ 1 сб,рец 2004 г	27	59	1,92	0,32	13,77
5	Пирожки печёные с курагой	Сборник 2004 г. № 738	75	193	4,82	1,69	39,22
	итого		572	685	21	17	120
	1-я неделя / 6.суббота						
1	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным (180/10)	ТТК № 84	190	272	5,97	11,93	35,72
2	Кофейный напиток	ТТК № 307	200	62	0,8	0,4	15,37
3	Хлеб целебный ржаной	№ 1 сб, рец 2004 г	46	101	3,27	0,55	23,46
4	Пицца детская с сосисками	ТТК № 35	90	236	9,04	10,7	24,93
5	Десерт фруктовый (яблоко)	ТТК № 389	100	47	0,4	0,4	9,8
	итого		626	718	19	24	109

Стоимость питания 63,74 руб.

№ п/п	Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г,	Энерг, цен, (Ккал)	Пищевые вещества, (г,)		
	наименование и краткая характеристика				Белки	Жиры	Углеводы
	2-я неделя / 1.понедельник						
1	Салат из квашеной капусты	Сбор. 2004, рец. № 45	60	49	0,95	3,05	4,61
2	Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	ТТК №355	90	219	12,07	13,32	12,02
3	Макаронные изделия отварные	№ 516,332 Сборн 2004г	170	213	5,9	5,43	36,2
4	Чай с сахаром с лимоном (200/7)	№686 сб. рец. № 2004 г	207	59	0,26	0,06	15,22
5	Хлеб целебный ржаной	№ 1 сб, рец. 2004 г	32	70	2,27	0,38	16,32
6	Пирожки печёные с повидлом	Сборник 2004 г. № 738	75	204	4,2	1,69	42,79
	итого		634	814	26	24	127
	2-я неделя / 2.вторник						
1	Сосиски отварные с соусом красным (80/10)	№ 413 Сб. рец. 2004г	90	217	8,88	19,3	1,89
2	Каша пшеничная вязкая	№510,табл. 4 Сборн.2004г	160	166	4,42	5,12	25,91
3	Чай с сахаром с лимоном (200/7)	№686 сб. рец. № 2004 г	207	59	0,26	0,06	15,22
4	Батон	ТТК 27	30	75	2,16	0,73	14,43
5	Рогалик с вареным сгущенным молоком	ТТК № 176	70	270	6,44	8,33	41,11
	итого		557	787	22	34	99
	2-я неделя / 3.среда						
1	Биточки рыбные с соусом красным основным (80/10)	ТТК № 317	90	142	10,01	5,39	12,58
2	Пюре картофельное	№ 520 Сборн 2004г.	150	146	3,09	5,45	18,26
3	Чай с сахаром , зефиром 200/25/1шт	№685 сб. рец. № 2004 г	225	154	0,36	0,06	39,39
4	Хлеб целебный ржаной	№ 1 сб, рец. 2004 г	28	61	1,99	0,34	14,28
	итого		493	503	15	11	85
	2-я неделя / 4.четверг						
1	Свекла отварная порционно	№78 сборн, Рец. 2004 г	60	18	0,65	0,05	4,53
2	Котлеты "Любительские"	ТТК № 286	90	223	13,65	11,8	11,98
3	Каша гречневая вязкая	№510,табл. 4 Сборн,2004г	170	179	5,11	6,27	25,09
4	Чай с сахаром	№685 сб, рец. № 2004 г	200	57	0,2	0,05	15,01
5	Батон	ТТК 27	35	87	2,52	0,86	16,84
6	Рулет с маком	№ 772 Сб, рец. 2004г	50	182	3,7	7,34	25,43
	итого		605	746	26	26	99
	2-я неделя / 5.пятница						
1	Цыплята запеченные (голень)	ТТК № 336	110	334	27,46	21,54	1,1
2	Макаронные изделия отварные	№ 516,332 Сборн 2004г	180	225	6,25	5,75	38,32
3	Чай с сахаром	№685 сб, рец. № 2004 г	200	57	0,2	0,05	15,01
4	Хлеб целебный ржаной	№ 1 сб, рец. 2004 г	33	72	2,34	0,4	16,83
5	Булочка российская	Сборн 2004г, № 775	60	196	4,09	5	33,53
	итого		583	884	40	33	105
	2-я неделя / 6.суббота						
1	Каша рисовая вязкая молочная, яйцо вареное 155/48/1шт.	Сборн,2004г,№510,табл , 4, № 337	203	301	11,94	9,3	42,5
2	Нектар в ассортименте	ТТК №500С	200	132	0,6	0	34
3	Хлеб целебный ржаной	№ 1 сб, рец. 2004 г	38	83	2,7	0,46	19,38
4	Манник домашний с повидлом (110/10)	ТТК № 161	110	370	6,13	12,3	58,93
	итого		551,00	886	21	22	155

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ			Эн.цен,	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО			8736	289	286	1269