

УТВЕРЖДАЮ:

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



СОГЛАСОВАНО:

Директор
Образовательного учреждения



Примерное двухнедельное меню

для организации питания детей в образовательных
учреждениях

1-4 КЛАСС

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс 2022-2023 гг.



Стоимость питания - 55,55 руб.

№ 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	Биточки "Дружба" с соусом красным основным 80/10	ТТК №№355, 362	90	219	12	13	12
2	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	170	179	5	6	25
3	Компот из ягод	№685 с6.2004 г.	200	66	0	0	16
4	Батон	ТТК №27	44	110	3	1	21
	Итого		504	574	21	21	75
	1-я неделя / 2. вторник						
1	Свекла отварная порционно	№78 с6.2004	60	18	1	0	5
2	Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы 40/160	ТТК №100С	200	297	12	19	20
3	Чай с сахаром и лимоном с печеньем формовым Ежики 200/7/20/1 шт.	№686 с6.2004 г.	227	142	2	2	30
4	Батон	ТТК №27	32	80	2	1	15
	Итого		519	537	17	22	70
	1-я неделя / 3. среда						
1	Гуляш из филе индейки 50/50	ТТК №101С	100	127	17	5	3
2	Макаронные изделия отварные	№516 с6.2004 г.	170	213	6	5	36
3	Кофейный напиток	ТТК №307	200	62	1	0	15
4	Батон	ТТК №27	32	80	2	1	15
	Итого		502	482	26	11	70
	1-я неделя / 4. четверг						
1	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное 160/5/48-1 шт.	№510 табл.4 с6.2004 г., №337 с6.2004 г.	213	302	13	13	35
2	Чай с сахаром с лимоном 200/7	№686 с6.2004 г.	207	59	0	0	15
3	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	30	73	2	0	15
4	Пирожное песочное, глазированное помадкой Лакомка	ТТК №370	50	227	2	14	32
	Итого		500	661	18	27	98
	1-я неделя / 5. пятница						
1	Салат из квашеной капусты	Сборн рец. 2017г., №45	60	49	1	3	5
2	Плов из филе цыплят 40/170	№492 с6.2004 г.	210	318	13	12	46
3	Напиток из шиповника с апельсином с формовым печеньем К кофе 200/12/1 шт.	ТТК № 501С	212	67	0	0	17
4	Батон	ТТК №27	31	77	2	1	15
	Итого		513	511	17	15	82
	1-я неделя / 6. суббота						
1	Бутерброд с сыром 30/30	ТТК №600С	60	178	9	8	15
2	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 150/3	ТТК №84	153	187	5	6	30
3	Кофейный напиток	ТТК №307	200	62	1	0	15
4	Десерт фруктовый (яблоко)	ТТК №389	100	47	0	0	10
	Итого		513	474,00	16	15	70

Стоимость питания - 55,55 руб.

Стоимость питания - 55,55 руб.							
№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	2-я неделя / 1. понедельник						
1	Салат из квашеной капусты		60	49	1	3	5
2	Биточки "Дружба" с соусом красным основным 80/10	ТТК №№355, 362	90	219	12	13	12
3	Макаронные изделия отварные	№516 с6.2004 г.	170	213	6	5	36
4	Чай с сахаром и лимоном 200/7	№686 с6.2004 г.	207	59	0	0	15
5	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	32	77	3	0	16
	Итого		559	617	22	22	84
	2-я неделя / 2. вторник						
1	Сосиски отварные с соусом красным 80/10	№413 с6.2004 г., ТТК №362	90	217	9	19	2
2	Каша пшеничная вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	160	166	4	5	26
3	Чай с сахаром с лимоном и печеньем песочным Царское 200/5/15/1 шт.	№686 с6.2004 г.	220	137	1	5	24
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	30	73	2	0	15
	Итого		500	593	17	29	67
	2-я неделя / 3. среда						
1	Биточки рыбные с соусом красным основным 80/10	№388 с6.2004 г., ТТК №362	90	142	10	5	13
2	Пюре картофельное	№520 с6.2004 г.	150	146	3	5	18
3	Чай с сахаром	№685 с6.2004 г.	200	57	0	0	15
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	21	51	2	0	11
5	Булочка/батон с кунжутом	№772 с6.2004 г.	40	113	3	1	22
	Итого		501	509	18	12	78
	2-я неделя / 4. четверг						
1	Свекла отварная порционно	№78 с6.2004 г.	60	18	1	0	5
2	Котлеты "Любительские"	ТТК №286	90	223	14	12	12
3	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	150	158	5	6	22
4	Чай полусладкий	ТТК №395	200	38	0	0	10
5	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
	Итого		530	512	21	18	63
	2-я неделя / 5. пятница						
1	Цыплята запеченные (голень)	ТТК №336	110	334	27	22	1
2	Макаронные изделия отварные	№516 с6.2004 г.	160	200	6	5	34
3	Чай с сахаром	№685 с6.2004 г.	200	57	0	0	15
4	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
	Итого		500	666	35	27	65
	2-я неделя / 6. суббота						
1	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным 155/3	№510 табл.4 с6.2004 г.	158	195	5	5	32
2	Нектар в ассортименте	ТТК №500С	200	132	1	0	34
3	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
4	Манник домашний с сахарной пудрой 110/2	ТТК №161	112	386	7	14	60
	Итого		500	788	14	20	140
ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ ВСЕГО				Эн.цен. 6 924	Белки 240,12	Жиры 239,22	Углеводы 962,54