

**Согласовано:**



**Утверждаю:**



и.о. директора

МКУ «КП и СП»

Шуплецов В.В.

“ 05 ” 12 2024г

**МЕНЮ**  
**для организованного питания**  
**детей участников СВО**  
**граждан**  
**2 смена**

1 неделя

| 1 неделя                                   |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
|--------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|---------------|--------|-------|----------|------|-------|------------|
| Прием пищи, наименование блюда             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | микроэлементы |        |       | витамины |      | №     |            |
|                                            |           | белки            | жиры  | углеводы | ценность       | Na            | K      | Ca    | Fe       | B    | C     | рецептуры  |
| понедельник                                |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| Обед                                       |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| суп карт. с рыбными консервами             | 267,5     | 6,0              | 7,0   | 20,00    | 166,0          | 616,0         | 677,0  | 25,0  | 1,0      | 0,0  | 24,0  | 131/96     |
| котлета рубленая из птицы                  | 100       | 22,0             | 16,0  | 18,0     | 230,0          | 716,0         | 748,0  | 42,0  | 0,0      | 0,0  | 0,0   | 498/4      |
| рожки отварные                             | 180       | 4,0              | 7,0   | 46,0     | 274,0          | 1210,0        | 66,0   | 13,0  | 1,0      | 0,0  | 0,0   | 273/96     |
| напиток лимонный                           | 200       | 0,0              | 0,0   | 24,0     | 96,0           | 2,0           | 27,0   | 7,0   | 0,0      | 0,0  | 6,0   | 312 01     |
| батон                                      | 75        | 6,0              | 2,0   | 40,0     | 206,0          | 234,0         | 74,0   | 13,0  | 1,0      | 0,0  | 0,0   | 35 02 ттк  |
| итого                                      | 822,5     | 38,0             | 32,0  | 148,0    | 972,0          | 2778,0        | 1592,0 | 100,0 | 3,0      | 0,0  | 30,0  |            |
| вторник                                    |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| Обед                                       |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| борщ с капустой и картофелем               | 250       | 2,00             | 4,00  | 13,00    | 98,00          | 600,00        | 330,00 | 44,00 | 1,00     | 0,00 | 20,00 | 110/4      |
| сметана                                    | 10        | 0,00             | 2,00  | 0,00     | 16,00          | 4,00          | 12,00  | 9,00  | 0,00     | 0,00 | 0,00  | 629,00     |
| зразы рубленые из свинины                  | 100       | 11,00            | 29,00 | 16,00    | 374,00         | 1210,00       | 125,00 | 49,00 | 1,00     | 0,00 | 4,00  | 175 05     |
| рис отварной                               | 180       | 16,0             | 7,0   | 37,0     | 267,0          | 392,00        | 528,00 | 78,00 | 4,00     | 0,00 | 0,00  | 465/96     |
| напиток из кураги                          | 200       | 1,00             | 0,00  | 28,00    | 116,00         | 3,0           | 265,0  | 25,0  | 1,0      | 0,0  | 1,0   | 651/96     |
| хлеб ржаной                                | 25        | 3,0              | 1,0   | 16,0     | 85,0           | 287,00        | 115,00 | 16,00 | 2,00     | 0,00 | 0,00  | 299        |
| батон                                      | 50        | 4,0              | 2,0   | 26,0     | 138,0          | 163,00        | 50,00  | 8,00  | 0,00     | 0,00 | 0,00  | 35 01 ттк  |
| итого                                      | 815       | 37,00            | 45,00 | 136,00   | 1094,00        | 2659,0        | 1425,0 | 229,0 | 9,0      | 0,0  | 25,0  |            |
| среда                                      |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| Обед                                       |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| суп картофельный с бобовыми                | 250       | 6,0              | 5,0   | 20,0     | 148,0          | 604,0         | 469,0  | 37,0  | 2,0      | 0,0  | 12,0  | 139/4      |
| мясные ежики (с)                           | 100       | 11,0             | 32,0  | 14,0     | 389,0          | 559,0         | 250,0  | 21,0  | 1,0      | 0,0  | 3,0   | 377 15     |
| пюре картофельное по-домашнему             | 180       | 4,0              | 7,0   | 23,0     | 180,0          | 809,0         | 1023,0 | 32,0  | 1,0      | 0,0  | 36,0  | 226 03 ттк |
| напиток из смеси сухофруктов               | 200       | 3,0              | 0,0   | 26,0     | 171,0          | 0,0           | 1,0    | 0,0   | 0,0      | 0,0  | 0,0   | 588/96     |
| батон оздоровительный                      | 75        | 5,0              | 2,0   | 36,0     | 182,0          | 350,0         | 70,0   | 13,0  | 1,0      | 0,0  | 0,0   | 882 06     |
| итого                                      | 805       | 29,0             | 46,0  | 119,0    | 1070,0         | 2322,0        | 1813,0 | 103,0 | 5,0      | 0,0  | 51,0  |            |
| четверг                                    |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| Обед                                       |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| суп крестьянский с рисом                   | 250       | 2,00             | 5,00  | 14,00    | 114,00         | 597,00        | 245,00 | 31,00 | 1,00     | 0,00 | 20,00 | 134/4      |
| сметана                                    | 10        | 0,00             | 2,00  | 0,00     | 16,00          | 4,00          | 12,00  | 9,00  | 0,00     | 0,00 | 0,00  | 629,00     |
| котлета рябушка                            | 100       | 22,00            | 10,00 | 18,00    | 262,00         | 733,00        | 88,00  | 46,00 | 1,00     | 0,00 | 1,00  | 526 06     |
| каша гречневая рассыпчатая                 | 180       | 7,00             | 12,00 | 34,00    | 266,00         | 700,00        | 204,00 | 20,00 | 4,00     | 0,00 | 0,00  | 465/96     |
| напиток яблочный                           | 200       | 2,0              | 0,0   | 27,0     | 111,0          | 7,00          | 70,00  | 4,00  | 1,00     | 0,00 | 4,00  | 190        |
| хлеб ржаной                                | 25        | 3,0              | 1,0   | 16,0     | 85,0           | 287,00        | 115,00 | 16,00 | 2,00     | 0,00 | 0,00  | 299        |
| батон                                      | 50        | 4,0              | 2,0   | 26,0     | 138,0          | 163,00        | 50,00  | 8,00  | 0,00     | 0,00 | 0,00  | 35 01 ттк  |
| итого                                      | 815       | 40,00            | 32,00 | 135,00   | 992,00         | 2491,0        | 784,0  | 134,0 | 9,0      | 0,0  | 25,0  |            |
| пятница                                    |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| Обед                                       |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| рассольник ленинградский с перловой крупой | 250       | 2,0              | 4,0   | 17,0     | 116,0          | 773,0         | 486,0  | 26,0  | 1,0      | 0,0  | 17,0  | 129/96     |
| сметана                                    | 10        | 0,00             | 2,00  | 0,00     | 16,00          | 4,00          | 12,00  | 9,00  | 0,00     | 0,00 | 0,00  | 629,00     |
| котлета московская (К)                     | 100       | 16,00            | 19,00 | 13,00    | 283,00         | 707,0         | 211,0  | 20,0  | 1,0      | 0,0  | 1,0   | 379 23     |
| рожки отварные                             | 180       | 4,0              | 7,0   | 46,0     | 274,0          | 1210,0        | 66,0   | 13,0  | 1,0      | 0,0  | 0,0   | 273/96     |
| напиток из плодов шиповника                | 200       | 0,0              | 0,0   | 20,0     | 96,0           | 0,0           | 27,0   | 7,0   | 0,0      | 0,0  | 0,0   | 311        |
| хлеб ржаной                                | 25        | 3,0              | 1,0   | 16,0     | 85,0           | 287,00        | 115,00 | 16,00 | 2,00     | 0,00 | 0,00  | 299        |
| батон                                      | 50        | 4,0              | 2,0   | 26,0     | 138,0          | 163,00        | 50,00  | 8,00  | 0,00     | 0,00 | 0,00  | 35 01 ттк  |
| итого                                      | 815       | 29,0             | 35,0  | 138,0    | 1008,0         | 3144,0        | 967,0  | 99,0  | 5,0      | 0,0  | 18,0  |            |
| суббота                                    |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| обед                                       |           |                  |       |          |                |               |        |       |          |      |       |            |
| суп из овощей                              | 250       | 2,0              | 4,0   | 11,0     | 97,0           | 629,0         | 367,0  | 30,0  | 1,0      | 0,0  | 21,0  | 132/96     |
| сметана                                    | 10        | 0,00             | 2,00  | 0,00     | 16,00          | 4,00          | 12,00  | 9,00  | 0,00     | 0,00 | 0,00  | 629,00     |
| биточек рубленый из свинины                | 100       | 14,0             | 31,0  | 18,0     | 405,0          | 1281,0        | 71,0   | 47,0  | 2,0      | 0,0  | 0,0   | 416/96     |
| пюре гороховое по-домашнему                | 180       | 9,0              | 4,0   | 20,0     | 156,0          | 785,0         | 293,0  | 43,0  | 3,0      | 0,0  | 0,0   | 284 01 ттк |
| напиток апельсиновый                       | 200       | 0,0              | 0,0   | 26,0     | 100,0          | 3,0           | 44,0   | 8,0   | 0,0      | 0,0  | 13,0  | 312        |
| батон                                      | 75        | 6,0              | 2,0   | 40,0     | 206,0          | 234,0         | 74,0   | 13,0  | 1,0      | 0,0  | 0,0   | 35 02 ттк  |
| итого                                      | 815       | 31,0             | 43,0  | 115,0    | 980,0          | 2936,0        | 861,0  | 150,0 | 7,0      | 0,0  | 34,0  |            |
| итого за 6 дней                            |           |                  |       |          | 6116,0         |               |        |       |          |      |       |            |
| среднее значение за период                 |           |                  |       |          | 1019,0         |               |        |       |          |      |       |            |

| Прием пищи, наименование блюда               | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | микроэлементы |        |       |      | витамины |       | №<br>рецептуры |  |
|----------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|---------------|--------|-------|------|----------|-------|----------------|--|
|                                              |           | белки            | жиры  | углеводы |                            | Na            | K      | Ca    | Fe   | B        | C     |                |  |
| 2 неделя                                     |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| понедельник                                  |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| Обед                                         |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| суп картофельный с бобовыми                  | 250       | 6,0              | 5,0   | 20,0     | 148,0                      | 604,0         | 469,0  | 37,0  | 2,0  | 0,0      | 12,0  | 139/4          |  |
| котлета домашняя (с)                         | 100       | 12,0             | 31,0  | 12,0     | 377,0                      | 694,0         | 237,0  | 16,0  | 2,0  | 0,0      | 0,0   | 476/97         |  |
| рис отварной                                 | 180       | 16,00            | 7,00  | 37,00    | 267,00                     | 392,0         | 528,0  | 78,0  | 4,0  | 0,0      | 0,0   | 465/96         |  |
| Компот из изюма                              | 200       | 0,0              | 0,0   | 28,0     | 109,0                      | 24,00         | 32,00  | 16,00 | 0,00 | 0,00     | 0,00  | 702/97         |  |
| батон                                        | 75        | 6,0              | 2,0   | 40,0     | 206,0                      | 234,0         | 74,0   | 13,0  | 1,0  | 0,0      | 0,0   | 35 02 ттк      |  |
| итого                                        | 805       | 40,0             | 45,0  | 137,0    | 1107,0                     | 1948,0        | 1340,0 | 160,0 | 9,0  | 0,0      | 12,0  |                |  |
| вторник                                      |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| Обед                                         |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| борщ с капустой и картофелем                 | 250       | 2,00             | 4,00  | 13,00    | 98,00                      | 600,00        | 330,00 | 44,00 | 1,00 | 0,00     | 20,00 | 110/4          |  |
| сметана                                      | 10        | 0,00             | 2,00  | 0,00     | 16,00                      | 4,00          | 12,00  | 9,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00  | 629,00         |  |
| зразы ленивые (с)                            | 100       | 11,00            | 28,00 | 16,00    | 360,00                     | 689,00        | 282,00 | 49,00 | 2,00 | 0,00     | 4,00  | 300 1          |  |
| каша гречневая рассыпчатая                   | 180       | 7,0              | 12,0  | 34,0     | 266,0                      | 700,0         | 204,0  | 20,0  | 4,0  | 0,0      | 0,0   | 297/4          |  |
| напиток апельсиновый                         | 200       | 0,0              | 0,0   | 26,0     | 100,0                      | 3,0           | 44,0   | 8,0   | 0,0  | 0,0      | 13,0  | 312            |  |
| хлеб ржаной                                  | 25        | 3,0              | 1,0   | 16,0     | 85,0                       | 287,00        | 115,00 | 16,00 | 2,00 | 0,00     | 0,00  | 299            |  |
| батон                                        | 50        | 4,0              | 2,0   | 26,0     | 138,0                      | 163,00        | 50,00  | 8,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00  | 35 01 ттк      |  |
| итого                                        | 815       | 27,0             | 49,00 | 131,0    | 1063,0                     | 2446,0        | 1037,0 | 154,0 | 9,0  | 0,0      | 37,0  |                |  |
| среда                                        |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| Обед                                         |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| суп из овощей                                | 250       | 2,0              | 4,0   | 11,0     | 97,0                       | 629,0         | 367,0  | 30,0  | 1,0  | 0,0      | 21,0  | 132/96         |  |
| сметана                                      | 10        | 0,00             | 2,00  | 0,00     | 16,00                      | 4,00          | 12,00  | 9,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00  | 629,00         |  |
| кнели студенческие из горбуши                | 100       | 18,0             | 9,0   | 7,0      | 185,0                      | 505,0         | 46,0   | 31,0  | 0,0  | 0,0      | 0,0   | 729 04         |  |
| пюре картофельное по-домашнему               | 180       | 4,0              | 6,0   | 29,0     | 191,0                      | 809,0         | 1023,0 | 32,0  | 1,0  | 0,0      | 36,0  | 226 03 ттк     |  |
| напиток из смеси сухофруктов                 | 200       | 3,0              | 0,0   | 26,0     | 171,0                      | 0,0           | 1,0    | 0,0   | 0,0  | 0,0      | 0,0   | 588/96         |  |
| батон оздоровительный                        | 75        | 5,0              | 2,0   | 36,0     | 182,0                      | 350,0         | 70,0   | 13,0  | 1,0  | 0,0      | 0,0   | 882 06         |  |
| итого                                        | 815       | 32,0             | 23,0  | 109,0    | 842,0                      | 2297,0        | 1519,0 | 115,0 | 3,0  | 0,0      | 57,0  |                |  |
| четверг                                      |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| Обед                                         |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| щи из свежей капусты и картофеля             | 250       | 2,0              | 5,0   | 9,0      | 91,0                       | 600,0         | 315,0  | 51,0  | 1,0  | 0,0      | 30,0  | 120/96         |  |
| сметана                                      | 10        | 0,00             | 2,00  | 0,00     | 16,00                      | 4,00          | 12,00  | 9,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00  | 629,00         |  |
| шницель по-кукарски                          | 100       | 16,0             | 19,0  | 14,0     | 293,0                      | 664,0         | 219,0  | 35,0  | 1,0  | 0,0      | 1,0   | 474 03         |  |
| рожки отварные                               | 180       | 4,0              | 7,0   | 46,0     | 274,0                      | 1210,0        | 66,0   | 13,0  | 1,0  | 0,0      | 0,0   | 273/96         |  |
| напиток из кураги                            | 200       | 1,0              | 0,0   | 28,0     | 116,0                      | 3,0           | 265,0  | 25,0  | 1,0  | 0,0      | 1,0   | 651/96         |  |
| хлеб ржаной                                  | 25        | 3,0              | 1,0   | 16,0     | 85,0                       | 287,00        | 115,00 | 16,00 | 2,00 | 0,00     | 0,00  | 299            |  |
| батон                                        | 50        | 4,0              | 2,0   | 26,0     | 138,0                      | 163,00        | 50,00  | 8,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00  | 35 01 ттк      |  |
| итого                                        | 815       | 30,0             | 36,0  | 139,0    | 1013,0                     | 2931,0        | 1042,0 | 157,0 | 6,0  | 0,0      | 32,0  |                |  |
| пятница                                      |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| Обед                                         |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| рассольник ленинградский с перловой крупой   | 250       | 2,0              | 4,0   | 17,0     | 116,0                      | 773,0         | 486,0  | 26,0  | 1,0  | 0,0      | 17,0  | 129/96         |  |
| сметана                                      | 10        | 0,00             | 2,00  | 0,00     | 16,00                      | 4,00          | 12,00  | 9,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00  | 629,00         |  |
| биточек рубленый из птицы                    | 100       | 19,00            | 10,00 | 18,00    | 234,00                     | 788,00        | 311,00 | 54,00 | 2,00 | 0,00     | 0,00  | 498/4          |  |
| рис припущенный                              | 180       | 2,00             | 11,00 | 25,00    | 209,00                     | 2,0           | 31,0   | 1,0   | 0,0  | 0,0      | 0,0   | 4 85           |  |
| напиток из плодов шиповника                  | 200       | 0,0              | 0,0   | 20,0     | 96,0                       | 0,0           | 27,0   | 7,0   | 0,0  | 0,0      | 0,0   | 773/ттк        |  |
| хлеб ржаной                                  | 25        | 3,0              | 1,0   | 16,0     | 85,0                       | 287,00        | 115,00 | 16,00 | 2,00 | 0,00     | 0,00  | 299            |  |
| батон                                        | 50        | 4,0              | 2,0   | 26,0     | 138,0                      | 163,00        | 50,00  | 8,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00  | 35 01 ттк      |  |
| итого                                        | 815       | 30,0             | 30,0  | 122,0    | 894,0                      | 2017,0        | 1032,0 | 121,0 | 5,0  | 0,0      | 17,0  |                |  |
| суббота                                      |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| Обед                                         |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| суп карт.с макаронными изделиями (вермишель) | 250       | 3,0              | 3,0   | 21,0     | 124,0                      | 606,0         | 476,0  | 23,0  | 1,0  | 0,0      | 17,0  | 140/4          |  |
| котлета московская (К)                       | 100       | 16,0             | 19,0  | 13,0     | 283,0                      | 707,0         | 211,0  | 20,0  | 1,0  | 0,0      | 1,0   | 379 23         |  |
| каша гречневая рассыпчатая                   | 180       | 7,0              | 12,0  | 34,0     | 266,0                      | 700,0         | 204,0  | 20,0  | 4,0  | 0,0      | 0,0   | 297/4          |  |
| напиток яблочный                             | 200       | 2,0              | 0,0   | 27,0     | 111,0                      | 26,0          | 98,0   | 65,0  | 1,0  | 0,0      | 1,0   | 190 ттк        |  |
| батон                                        | 75        | 6,0              | 2,0   | 40,0     | 206,0                      | 234,0         | 74,0   | 13,0  | 1,0  | 0,0      | 0,0   | 35 02 ттк      |  |
| итого                                        | 805       | 34,0             | 36,0  | 135,0    | 990,0                      | 2273,0        | 1063,0 | 141,0 | 8,0  | 0,0      | 19,0  |                |  |
| итого за 6 дней                              |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
| среднее значение за период                   |           |                  |       |          |                            |               |        |       |      |          |       |                |  |
|                                              |           |                  |       |          | 985,0                      |               |        |       |      |          |       |                |  |

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- реикин "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептов 1996г, 1997г, 2004г, ТТК

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов

главный технолог

*Исупова Л.И.*

Исупова Л.И.