

Утверждаю: Директор ООО "ГлобусРесурс"
М.В.Коршенко

Согласовано:

Директор МДОУ СОШ 52
И.В.Коршенина

Примерное двухнедельное меню с 09.01.2025 "Обед" для детей 12 лет и старше 2 смена
на II полугод. 2024-2025 уч. год (дотация 192 руб. 84 коп.)

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Неделя 1 день 1						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	250	5,54	5,93	20,78	164,06
25/8	Шницель из мяса с отрубями	100	10,64	16,02	12,96	249,03
т.т.к. 462	Булгур с овощами	180	6,36	6,57	38,87	220,73
т.т.к. 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		28,96	30,02	133,75	933,00
Неделя 1 день 2						
		ВЫХОД	Б	Ж	У	ЭЦ
т.т.к. 245	Овощная поджаренная	20	0,21	0,04	0,75	5,08
110/1994	Борщ со сметаной с мясом	250	6,60	10,15	29,58	189,96
43/2003	Суфле "Рыбка"	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	13,10	56,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
	Итого		28,09	30,16	122,06	817,57
Неделя 1 день 3						
		ВЫХОД	Б	Ж	У	ЭЦ
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной с мясом	250	3,10	6,60	19,24	124,38
т.т.к. 466	Чиполлетти из мяса	100	10,89	11,57	9,74	221,17
276/94	Макаронные изделия с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12
т.т.к. 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		27,12	27,60	135,27	874,79
Неделя 1 день 4						
		ВЫХОД	Б	Ж	У	ЭЦ
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом	250	3,35	4,30	16,20	230,00
т.т.к. 510	Мясо птицы по - строгановски	100	13,75	6,39	7,74	177,70
т.т.к. 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	180	4,17	8,16	36,90	218,21
638/1994	Компот из кураги	200	1,02	0,06	19,76	87,60
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50
	Итого		28,84	29,98	124,10	894,98
Неделя 1 день 5						
		ВЫХОД	Б	Ж	У	ЭЦ
т.т.к. 245	Овощная поджаренная	20	0,21	0,04	0,75	5,08
139/1994	Суп картофельный с макаронными изд. с мясом	250	7,59	8,95	19,31	163,27
т.т.к. 467	Азу из мяса по - домашнему	100	10,60	12,40	12,90	216,00
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	7,89	6,37	34,51	208,10
т.т.к. 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,15	0,08	26,52	110,92
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68

		Итого		32,14	29,31	134,04	914,37
	Неделя 2 день 1	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	250	5,54	5,93	20,78	164,06	
ттк 511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	100/50	10,25	13,53	11,63	176,00	
276/94	Макаронные изделия с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12	
ттк 302	Компот из ягод "Ассорти"	200	1,02	0,06	17,76	87,60	
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
	Итого		28,85	26,87	132,35	854,31	
	Неделя 2 день 2	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	9,62	
5/2	Борщ с морской капустой со сметаной с мясом	250	6,60	10,15	29,58	189,96	
394/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	250	18,13	18,72	56,02	399,05	
ттк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00	
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
	Итого		30	29,51	133,20	816,73	
	Неделя 2 день 3	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	
132/1994	Суп из овощей с зеленым горш со сметаной	250	3,35	8,30	27,20	230,00	
ттк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	250	14,50	17,64	46,51	341,56	
ттк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19	
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
	Итого		24,57	26,82	138,24	879,91	
	Неделя 2 день 4	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	7,86	10,58	17,59	168,98	
ттк 510	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	100	13,75	6,36	7,74	177,70	
ттк 255	Макароны отварные с овощами	180	6,20	8,90	41,16	221,20	
ттк 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60	
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50	
	Итого		35,38	36,97	129,75	836,95	
	Неделя 2 день 5	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
181/1994	Уха рыбацкая	250	5,85	8,25	17,33	155,80	
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17	
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09	
ттк 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,80	0,80	26,52	110,92	
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
	Итого		26,96	27,48	125,75	867,98	
	Итого за 10 дней		290,68	294,72	1308,51	8690,60	
	Итого за один день		29,07	29,47	130,85	869,06	

Утверждаю: Директор ООО "ГлобусРесурс"
М.В.Коршенко

Согласовано:

**Примерное двухнедельное меню с 09.01.2025 "Обед" для детей 12 лет и старше 2 смена
на II полугод. 2024-2025 уч. год (родительская оплата 192 руб. 84 коп.)**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Неделя 1 день 1						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	250	5,54	5,93	20,78	164,06
25/8	Шницель из мяса с отрубями	100	10,64	16,02	12,96	249,03
тгк 462	Булгур с овощами	180	6,36	6,57	38,87	220,73
тгк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		28,96	30,02	133,75	933,00
Неделя 1 день 2						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
тгк 245	Овощная подгари́ровка	20	0,21	0,04	0,75	5,08
110/1994	Борщ со сметаной с мясом	250	6,60	10,15	29,58	189,96
43/2003	Суфле "Рыбка"	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	13,10	56,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
	Итого		28,09	30,16	122,06	817,57
Неделя 1 день 3						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной с мясом	250	3,10	6,60	19,24	124,38
тгк 466	Чиполлетти из мяса	100	10,89	11,57	9,74	221,17
276/94	Макаронные изделия с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12
тгк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		27,12	27,60	135,27	874,79
Неделя 1 день 4						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом	250	3,35	4,30	16,20	230,00
тгк 510	Мясо птицы по - строгановски	100	13,75	6,39	7,74	177,70
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	180	4,17	8,16	36,90	218,21
638/1994	Компот из кураги	200	1,02	0,06	19,76	87,60
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50
	Итого		28,84	29,98	124,10	894,98
Неделя 1 день 5						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
тгк 245	Овощная подгари́ровка	20	0,21	0,04	0,75	5,08
139/1994	Суп картофельный с макаронными изд. с мясом	250	7,59	8,95	19,31	163,27
тгк 467	Азу из мяса по - домашнему	100	10,60	12,40	12,90	216,00
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	7,89	6,37	34,51	208,10
тгк 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,15	0,08	26,52	110,92
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68

		Итого		32,14	29,31	134,04	914,37
	Неделя 2 день 1	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	250	5,54	5,93	20,78	164,06	
ттк 511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	100/50	10,25	13,53	11,63	176,00	
276/94	Макаронные изделия с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12	
ттк 302	Компот из ягод "Ассорти"	200	1,02	0,06	17,76	87,60	
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
	Итого		28,85	26,87	132,35	854,31	
	Неделя 2 день 2	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	9,62	
5/2	Борщ с морской капустой со сметаной с мясом	250	6,60	10,15	29,58	189,96	
394/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	250	18,13	18,72	56,02	399,05	
ттк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00	
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
	Итого		30	29,51	133,20	816,73	
	Неделя 2 день 3	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	
132/1994	Суп из овощей с зеленым горш со сметаной	250	3,35	8,30	27,20	230,00	
ттк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	250	14,50	17,64	46,51	341,56	
ттк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19	
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
	Итого		24,57	26,82	138,24	879,91	
	Неделя 2 день 4	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	7,86	10,58	17,59	168,98	
ттк 510	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	100	13,75	6,36	7,74	177,70	
ттк 255	Макароны отварные с овощами	180	6,20	8,90	41,16	221,20	
ттк 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60	
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50	
	Итого		35,38	36,97	129,75	836,95	
	Неделя 2 день 5	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
181/1994	Уха рыбацкая	250	5,85	8,25	17,33	155,80	
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17	
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09	
ттк 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,80	0,80	26,52	110,92	
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
	Итого		26,96	27,48	125,75	867,98	
	Итого за 10 дней		290,68	294,72	1308,51	8690,60	
	Итого за один день		29,07	29,47	130,85	869,06	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448729950
Владелец Барашкина Юлия Александровна
Действителен с 05.06.2024 по 05.06.2025