



Дзяржаўны навукова-даследчы інстытут
 імя І.П. Кулішова

МЕНЮ

на 01 марта 2024г.

Прэмы лямка, камаксимальнае бласда 12-18 год	Маса лямкі	Пачынае выкарыстанне		Змяшчальнасць, ккал	№ рэцэпты
		Вольг-1	Вольг-2		
Завтрак (2х, 5-ты разовае)					
Кашэрты асвятлены закусачны (яра кабачковы)	100	1,9	9,2	8,9	133,2
Смакт натуральнай	200	20,4	25,2	26,8	332,5
Кафэйны напітак на мёдзе	200	2,7	2,7	18,5	136,2
Бульбары с маслам	30710	2,3	1,5	14,7	139,0
Хлеб пшанічны	40	2,0	0,2	19,5	31,9
Ітого за прэмы лямка:	500	36,3	48,8	87,5	613,8
Обед (2х, 5-ты разовае)					
Салодкі па сезону (морожы аддзялен)	100	2,0	0,1	0,7	34,0
Суп на бульбары	250	2,3	2,4	10,0	123,8
Тэфіле (1-й варыант) с соусам	109270	11,6	18,2	19,2	229,6
Каша пшанічная ачыста	180	6,1	8,3	29,3	182,7
Кашот на алова	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Хлеб пшанічны	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшанічны	70	5,3	0,6	28,8	138,5
Ітого за прэмы лямка:	660	30,5	30,8	142,8	986,9
Полудне (5-ты разовае)					
Бульбары Дрэавава	150	17,7	21,0	69,3	418,8
Сок фруктовы	200	1,8	0,2	19,6	83,2
Ітого за прэмы лямка:	350	18,7	21,5	88,9	502,0
Увечер (5-ты разовае)					
Салодкі па сезону (пломдар салодкі)	100	1,1	0,0	2,3	13,6
Піва, тэавава с соус с асвятлен	280	18,1	22,8	28,9	396,0
Чай с салодкі і лямачка	200	0,3	0,0	11,2	40,0
Хлеб пшанічны	80	3,0	0,5	24,0	118,7
Хлеб пшанічны	80	4,5	0,4	20,2	133,8
Ітого за прэмы лямка:	870	28,0	23,7	99,3	726,0
Увечер (5-ты разовае)					
Кашамілочны прадукт (кафэр)	180	3,0	4,4	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	17,7
Ітого за прэмы лямка:	210	7,3	5,3	22,0	110,2
Всяго за дзень:		115,8	125,8	445,5	3 130,4

Зна Прэзідэнтства



Дырэктар ДААТ "Белгэра"



МЕНЮ

на 02 марта 2024г.

Пример блюда, наименования блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность питания		Выходная норма количество, грам	№ рецептур
		калорий	белки, г		
Завтрак					
Каши молочная овсяная с маслом	250	10,4	9,5	435,6	ТРК №108
Булочки с сыром	30*10*10	4,7	5,3	149,5	ТРК №200
Чай с молоком и с сахаром	200	2,7	1,4	66,9	ТРК №303
Батон	60	4,4	1,8	133,4	ТРК № 178
Итого за завтрак:	660	22,4	17,6	1073,2	
Обед					
Омлет по сезону (яйца курица)	100	1,5	0,1	40,7	ТРК №3
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,4	3,3	231,0	ТРК №40
Валеры рубленые из птицы	100	14,5	16,2	16,0	ТРК №02
Картофель отварной с маслом	180	4,0	8,0	190,0	ТРК №133
Компот из фруктов	200	0,1	0,1	59,2	ТРК №52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТРК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	34,5	ТРК № 7
Итого за обед:	860	31,3	33,2	811,6	
Полдник					
Пирожок с яблоками	150	10,7	16,5	197,4	ТРК №140
Компот из фруктов	200	0,4	0,1	25,2	ТРК №237
Итого за полдник:	350	11,1	16,6	491,4	
Ужин					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (слизким)	250*50	16,4	19,6	467,3	ТРК №100
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	ТРК №241
Хлеб пшеничный	100	3,3	0,4	29,7	ТРК № 6
Итого за ужин:	600	21,6	20,2	735,2	
Ужин 2					
Молочный продукт (слизким)	100	5,0	4,4	94,3	608
Батон	30	2,3	0,9	15,6	ТРК № 178
Итого за ужин:	210	7,3	5,3	172,6	
Всего за день:	1820	62,6	78,2	3 887,4	

Зав. Производства

Пример блюда, наименования блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность питания		Выходная норма количество, грам	№ рецептур
		калорий	белки, г		
Завтрак					
Каши молочная овсяная	200	8,2	7,7	324,0	ТРК №108
Булочки с сыром	30*10*10	4,7	5,3	149,5	ТРК №200
Чай с молоком и с сахаром	200	2,7	1,4	66,9	ТРК №303
Батон	50	3,9	1,7	129,3	ТРК № 178
Итого за завтрак:	500	19,5	15,7	670,3	
Обед					
Омлет по сезону (яйца курица)	60	0,9	0,1	24,4	ТРК №3
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,4	4,3	96,8	ТРК №40
Валеры рубленые из птицы	90	12,6	14,4	232,4	ТРК №02
Картофель отварной с маслом	150	1,8	4,3	149,3	ТРК №133
Компот из фруктов	200	0,1	0,1	59,2	ТРК №52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТРК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	34,5	ТРК № 7
Итого за обед:	820	27,9	28,5	811,5	
Полдник					
Пирожок с яблоками	100	7,3	11,0	193,3	ТРК №140
Компот из фруктов	200	0,4	0,1	25,2	ТРК №237
Итого за полдник:	300	7,7	11,1	353,9	
Ужин					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (слизким)	200*50	11,3	16,3	417,9	ТРК №100
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	ТРК №241
Хлеб пшеничный	60	3,7	0,3	24,3	ТРК № 6
Итого за ужин:	500	15,2	16,6	545,7	
Ужин 2					
Молочный продукт (слизким)	100	5,0	4,4	94,3	608
Батон	30	2,3	0,9	15,6	ТРК № 178
Итого за ужин:	210	7,3	5,3	172,6	
Всего за день:	1820	62,6	78,2	3 887,4	

Директор ООО «Валера»





МЕНЮ

на 03 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша овсяная молочная вязкая	200	9,6	5,0	37,9	ТТК №101
Бутерброд с колбасом	40/10/50	4,7	7,9	31,1	ТТК №127
Каша с яблоком с сахаром	200	2,1	5,8	15,3	ТТК №303
Итого за завтрак:	800	18,4	18,1	65,3	
Обед					
Овощи по сезону (огурец, соленья)	80	0,5	0,1	1,0	ТТК №4
Суп картофельный	200	2,8	2,9	9,3	ТТК №87
Котлеты, биточки, шницлеты	90	9,7	15,9	18,7	ТТК №61
Каша гречневая вязкая	150	4,2	7,4	27,1	ТТК №112
Компот из фруктов сушеных	200	0,4	0,0	20,4	ТТК №23
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК №68
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,5	28,8	ТТК №7
Итого за обед:	820	37,8	28,3	129,6	
Полдник					
Пирожок с морозилом голубый	100	15,3	8,1	45,6	ТТК №145
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	ТТК №34
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	39,0	318
Итого за полдник:	500	16,2	8,9	101,3	
Ужин					
Овощи по сезону (свежая капуста)	100	1,1	0,1	8,5	ТТК №5
Плов из курицы	150	14,7	25,8	38,0	ТТК №67
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №302
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК №68
Итого за ужин:	500	19,7	26,2	75,8	
Ужин 2					
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	ТТК №180
Молоко кипяченое	180	3,1	4,4	34,3	387
Итого за ужин:	255	9,8	9,5	25,9	244,2
Всего за день:	800	88,8	416,4	2 735,2	



Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша овсяная молочная вязкая	250	12,0	13,3	47,2	ТТК №101
Бутерброд с колбасом	40/10/50	4,7	7,9	31,1	ТТК №127
Каша с яблоком с сахаром	200	2,1	5,8	15,3	ТТК №302
Итого за завтрак:	550	18,8	24,4	113,6	719,9
Обед					
Овощи по сезону (огурец, соленья)	100	1,0	0,1	8,9	ТТК №4
Суп картофельный	250	2,4	2,2	18,4	ТТК №87
Котлеты, биточки, шницлеты	100	15,9	22,5	21,0	ТТК №61
Каша гречневая вязкая	180	5,2	9,7	24,1	ТТК №112
Компот из фруктов сушеных	200	0,4	0,0	20,4	ТТК №23
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК №68
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,5	28,8	ТТК №7
Итого за обед:	950	36,8	36,2	140,3	927,2
Полдник					
Пирожок с морозилом голубый	150	22,7	12,2	68,4	ТТК №145
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	ТТК №34
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	39,0	318
Итого за полдник:	450	23,6	13	104,1	600
Ужин					
Овощи по сезону (свежая капуста)	100	1,1	0,1	8,5	ТТК №5
Плов из курицы	200	14,6	25,8	37,2	ТТК №67
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №302
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/20	5,1/1,9	0,4/0,3	34/12,3	ТТК №68/7
Итого за ужин:	600	27,9	32,3	107,8	790,6
Ужин 2					
Бутерброд с сыром	30/10/20/10	4,7	5,1	17,1	ТТК №180
Молоко кипяченое	180	3,1	4,4	34,3	387
Итого за ужин:	355	9,8	9,5	25,9	244,2
Всего за день:	1805	118,6	115,4	498,2	3 231,8

Заказ: Проектная команда



Директор ФБУ Ветеринарно-санитарной лаборатории «Наровля»
Е.Е. Кудряшова

МЕНЮ

на 04 марта 2024г.

Приним пища, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность питательных веществ		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Яйцо вареное всмятку	3шт	5,5	5,0	68,6	337
Каши вязкие молочные из риса и пшена с маслом	200	8,9	13,7	250,6	ТТК №103
Масло из пшена	200	0,1	0,0	110,4	667
Хлеб пшеничный	60	4,3	0,4	137,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	828	19,8	19,1	537,4	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи из сырого (помидор, сельдерей)	60	0,6	0,0	1,4	ТТК №27
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,4	4,7	110,4	ТТК №13
Тертые из мяса птицы	90	10,3	19,5	240,7	ТТК №38
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	3,8	7,4	189,3	ТТК №129
Компот из яблок	200	0,4	0,1	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	829	27,5	29,4	914,0	
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок пшеничный с картошкой	100	12,1	12,4	36,1	ТТК №С21
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	307
Итого за прием пищи:	308	12,7	12,4	432,5	
Ужин (5-ти разовое)					
Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным	200/60	27,2	21,5	31,3	ТТК №157
Компот из яблок	200	0,2	0,1	17,4	ТТК №376
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	510	31,1	22,9	450,4	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Молочный продукт (кофе)	100	4,9	4,4	7,9	461
Сахар горький	50	2,7	0,0	15,0	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	218	7,6	4,4	176,4	
Всего за день:	972	96,1	367,8	2 707,8	

Директор ООО «Центро»



Приним пища, наименование блюда 12-16 лет	Масса порции	Плотность питательных веществ		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Яйцо вареное всмятку	3шт	5,5	5,0	68,6	337
Каши вязкие молочные из риса и пшена	250	11,1	16,9	275,5	ТТК №103
Дружба с маслом	200	0,1	0,0	110,3	667
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	884	21,8	21,3	615,2	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи из сырого (помидор, сельдерей)	100	1,1	0,0	2,3	ТТК №27
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,3	5,7	163,0	ТТК №43
Тертые из мяса птицы	150	10,6	18,1	213,9	ТТК №38
Макаронные изделия отварные (рожки)	200	4,2	8,3	245,7	ТТК №129
Компот из яблок	200	0,4	0,1	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	976	36,0	34,1	1 037,8	
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок пшеничный с картошкой	150	18,2	18,0	54,3	ТТК №С21
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	307
Итого за прием пищи:	350	18,8	18,0	562,8	
Ужин (5-ти разовое)					
Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным	250/60	32,3	28,1	37,4	ТТК №157
Компот из яблок	200	0,2	0,1	17,4	ТТК №376
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	610	40,0	28,8	855,2	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Молочный продукт (кофе)	100	4,4	7,9	98,7	461
Сахар горький	50	0,6	15,0	27,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	218	5,0	22,9	176,4	
Всего за день:	1178	109,1	472,9	3 267,8	

Дан Производства:



МЕНЮ

на 05 марта 2024г.

Пример питания, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Техническая информация		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	
		Литры	Килограммы			
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,2	24,7	187,7	ТТК №85	
Бургер/брод с пивидлом	30/10/30	4,7	9,1	377,3	ТТК №127	
Чай с молоком и сахаром	200	3,7	32,4	66,9	ТТК №1010	
Итого за прием пищи:	800	15,6	66,2	531,9		
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (капустя кашечная)	60	0,9	5,1	24,4	ТТК №3	
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	8,0	70,4	ТТК №47	
Котлеты рубленые из птицы	60	12,0	14,4	232,6	ТТК №62	
Каша рисовая с овощами	150	2,6	7,7	224,7	ТТК №189	
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	ТТК №52	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	138,3	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	800	31,0	26,4	864,6		
Полдник (5-ти разовое)						
Персик печеный с сахаром	100	0,8	14,2	48,6	ТТК №118	
Компот из апельсинов	200	0,4	0,1	25,2	94,6	ТТК №237
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	91,2	3,8	
Итого за прием пищи:	500	14,9	15,09	493,6		
Ужин (5-ти разовое)						
Овощи по сезону (свежая отварная)	100	1,1	0,1	8,3	40,7	ТТК №5
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	9,8	11,2	167,1	ТТК №63
Картофель отварной с маслом	150	3,8	6,3	28,6	149,2	ТТК №125
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	15,0	88,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	177,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	600	17,9	16,6	552,8		
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (сливки)	100	4,8	4,4	18,8	137,9	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,1	5,3	33,8	215,6	
Всего за день:		86,6	79,4	433,7	2 688,7	

Директор ООО «Визитер»



Пример питания, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Техническая информация		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	
		Литры	Килограммы			
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Суп молочный с макаронными изделиями	300	9,8	8,8	275,3	ТТК №85	
Бургер/брод с пивидлом	40/10/40	6,7	7,3	377,3	ТТК №127	
Чай с молоком и сахаром	200	2,7	1,4	66,9	ТТК №1010	
Итого за прием пищи:	800	17,2	17,5	569,4		
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (капустя кашечная)	100	1,5	0,1	8,3	40,7	ТТК №3
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	4,3	10,0	86,0	ТТК №47
Котлеты рубленые из птицы	100	14,5	16,2	16,0	258,4	ТТК №62
Каша рисовая с овощами	100	8,1	9,2	82,8	269,6	ТТК №189
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	93,2	ТТК №52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	28,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	38,0	138,3	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	940	35,4	36,8	144,6	949,2	
Полдник (5-ти разовое)						
Персик печеный с сахаром	150	18,2	21,3	72,9	462,9	ТТК №118
Компот из апельсинов	200	0,4	0,1	25,2	94,0	ТТК №237
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	39,0	91,2	3,8
Итого за прием пищи:	550	19,4	22,18	117,08	648,1	
Ужин (5-ти разовое)						
Овощи по сезону (свежая отварная)	100	1,1	0,1	8,3	40,7	ТТК №5
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	10,0	12,3	176,3	ТТК №63
Картофель отварной с маслом	100	4,4	8,0	29,3	179,6	ТТК №125
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	15,0	88,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	600	22,1	19,3	99,3	614,8	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (сливки)	100	4,8	4,4	18,8	137,9	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,1	5,3	33,8	215,6	
Всего за день:		103,7	94,0	487,9	3 617,1	

МЕНЮ

на 06 марта 2024г.

Примеры блюд, наименования блюд 10-18 лет	Масса порции	Порционные количества		Дополнительная масса, грам	№ рецептур
		Блюдо	Порция		
Завтрак (08, 8-ти разное)					
Миска молочная мясная жидкая	250	7,1	9,3	30,9	ТРК №83
Булочка с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	ТРК №180
Каша с молоком с сахаром	200	2,1	3,8	13,3	ТРК №105
Батон	50	3,9	1,3	25,1	ТРК № 178
Итого за прием пищи:	800	18,8	19,7	88,3	411,2
Обед (08, 8-ти разное)					
Овощи по-своему (суп, салат)	100	0,8	8,1	1,7	12,7
Суп из овощей	250	2,3	2,0	10,0	123,8
Пюре из картофеля	200	19,8	11,3	37,3	471,9
Компот из смеси фруктов	200	0,4	0,0	30,4	84,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	28,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	870	31,3	35,4	126,4	945,5
Полдник (08-ти разное)					
Пирожок с яблоками	150	10,7	16,5	68,0	397,4
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	22,6	100,9
Итого за прием пищи:	350	11,3	16,7	90,6	498,3
Ужин (08-ти разное)					
Закуска из картофеля с мясом с соусом	250/50	38,7	27,2	59,6	696,5
Молоко ванильное	200	3,6	4,9	9,3	104,8
Хлеб пшеничный	100	7,8	0,6	48,7	229,7
Итого за прием пищи:	550	49,7	32,7	117,6	831,0
Ужин 2 (08-ти разное)					
Молочный продукт (ряженка)	180	1,0	4,4	7,4	94,3
Батон	30	2,3	0,9	13,0	77,7
Итого за прием пищи:	210	3,3	5,3	20,4	172,0
Всего за день:	1830	108,8	108,6	447,6	3 907,9

Зав. Производством

Примеры блюд, наименования блюд 7-13 лет	Масса порции	Порционные количества		Дополнительная масса, грам	№ рецептур
		Блюдо	Порция		
Завтрак (08, 8-ти разное)					
Миска молочная мясная жидкая	200	3,7	6,8	25,7	ТРК №83
Булочка с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	ТРК №180
Каша с молоком с сахаром	200	2,1	3,8	13,3	ТРК №105
Батон	50	3,9	1,3	25,1	ТРК № 178
Итого за прием пищи:	500	14,4	17,2	81,2	566,5
Обед (08, 8-ти разное)					
Овощи по-своему (суп, салат)	60	0,5	0,1	1,0	7,4
Суп из овощей	200	1,9	2,6	13,8	99,0
Пюре из картофеля	150	14,7	23,6	26,0	303,8
Компот из смеси фруктов	200	0,4	0,0	20,4	81,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	730	25,7	27,2	115,9	797,7
Полдник (08-ти разное)					
Пирожок с яблоками	100	7,1	11,0	45,3	264,9
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	22,6	100,9
Итого за прием пищи:	300	7,7	11,2	68,2	365,8
Ужин (08-ти разное)					
Закуска из картофеля с мясом с соусом	200/50	27,9	22,0	49,6	505,4
Молоко ванильное	200	3,6	4,9	9,3	104,8
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	28,3	114,8
Итого за прием пищи:	500	35,2	27,8	83,2	725,0
Ужин 2 (08-ти разное)					
Молочный продукт (ряженка)	180	1,0	4,4	7,4	94,3
Батон	30	2,3	0,9	13,0	77,7
Итого за прием пищи:	210	3,3	5,3	20,4	172,0
Всего за день:	1830	108,8	108,6	447,6	3 907,9

Директор ООО «Венета»





ООО «БЕНЕПЛА»
 Директор ООО «Бенепла» Елена Игоревна Афанасьева
 Е.Е. Куликина

МЕНЮ

на 07 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки	Жиры		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная пшеница в молоке	200	8,2	7,7	36,0	324,0
Бутерброд с колбасой	40/10/50	4,3	3,3	51,3	273,3
Ябло вареное - вручную	1шт	5,5	5,9	68,6	337
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	13,0	38,0
Итого за прием пищи:	814	21,6	21,9	113,9	898,9
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (картофель)	100	2,0	0,3	8,7	34,0
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,4	8,3	15,7	121,0
Рыба, тушенная в томате с овощами	100/20	19,8	14,0	3,3	128,1
Рис отварной	150	4,5	12,3	46,8	327,2
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	10,6	80,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	680	37,5	34,8	145,4	952,8
Полдник (5-ти разовое)					
Первое молочный с вареньем	100	18,2	18,6	54,1	450,6
Компот из свежих плодов и ягод	200	0,2	0,1	32,3	130,3
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	15,7	83,4
Итого за прием пищи:	500	30,6	19,1	102,6	664,3
Ужин (5-ти разовое)					
Овощи по сезону (картофель)	100	0,8	0,1	1,7	12,7
Жаркое по-деревенски	200	14,4	20,8	22,9	366,9
Каша из пшеницы	200	0,1	0,0	38,0	687
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/20	5,0/1,9	8,0/3,3	30/12,3	160/89,4
Итого за прием пищи:	600	32,5	30,8	99,1	798,7
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисло-молочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Булочка	30	2,3	0,8	13,0	77,7
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,2	22,0	170,2
Всего за день:		108,2	110,0	482,4	3 398,2

Зав. Производством

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки	Жиры		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная пшеница в молоке	200	8,2	7,7	36,0	324,0
Бутерброд с колбасой	40/10/50	4,3	3,3	51,3	273,3
Ябло вареное - вручную	1шт	5,5	5,9	68,6	337
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	13,0	38,0
Итого за прием пищи:	804	19,6	20,6	104,4	827,9
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (картофель)	60	1,2	0,1	4,0	26,0
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,9	4,9	12,6	93,6
Рыба, тушенная в томате с овощами	90/20	17,9	11,1	3,3	110,3
Рис отварной	150	3,8	12,4	18,9	203,2
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	10,6	80,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	628	34,6	29,2	131,7	866,1
Полдник (5-ти разовое)					
Первое молочный с вареньем	100	12,1	12,4	36,1	300,6
Компот из свежих плодов и ягод	200	0,2	0,1	32,3	130,3
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	15,7	83,4
Итого за прием пищи:	500	13,9	12,9	84,6	514,3
Ужин (5-ти разовое)					
Овощи по сезону (картофель)	100	0,8	0,1	1,7	12,7
Жаркое по-деревенски	150	11,8	19,3	17,7	286,6
Каша из пшеницы	200	0,1	0,0	38,0	116,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,3	114,8
Итого за прием пищи:	500	15,6	19,9	71,9	524,4
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисло-молочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Булочка	30	2,3	0,8	13,0	77,7
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,2	22,0	170,2
Всего за день:		89,5	87,2	414,0	2 802,8

Директор ООО «Бенепла»





МЕНЮ

на 08 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Паштет из печени		Зернистая масса количество, грам	№ рецептура
		колич. *	Умкн.2		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша овсяная молочная вязкая	250	9,6	9,0	207,4	ТТК №101
Булгуровый с сыром	307/010	4,7	5,1	149,9	ТТК №180
Кашель из яблок с сыром	200	6,4	0,1	138,0	648
Бургули с сыром	200	0,8	0,8	91,2	338
Итого за пример питания:	800	15,5	15,6	486,5	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Салат по сезону (капусты нашинкован)	60	0,9	0,1	24,4	ТТК №1
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,8	3,0	70,4	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	60/200	16,5	10,5	281,3	ТТК №600
Картофель отварной с маслом	150	3,8	6,3	149,2	ТТК №133
Компот из свежих фруктов	200	0,1	0,1	59,2	ТТК №52
Хлеб пшеничный	90	3,7	0,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	138,5	ТТК № 7
Итого за пример питания:	840	31,3	24,9	630,8	
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок с морозильно печеный	100	15,1	8,1	45,6	ТТК №143
Компот из яблок	200	0,2	0,1	17,4	ТТК №136
Итого за пример питания:	300	15,3	8,2	63,0	384,9
Ужин (5-ти разовое)					
Лепешки с творогом с соусом молочным (сырный)	200/50	14,9	15,8	46,5	364,2
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,6	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	90	3,7	0,1	114,8	ТТК № 6
Итого за пример питания:	500	18,8	16,5	637,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3
Салат	30	2,3	0,1	18,0	ТТК № 138
Итого за пример питания:	210	7,3	4,5	33,4	173,6
Всего за день:		90,8	74,5	400,7	2 882,4

Директор ООО "Венера"



Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Паштет из печени		Зернистая масса количество, грам	№ рецептура
		колич. *	Умкн.2		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша овсяная молочная вязкая	250	12,0	11,3	47,2	ТТК №101
Булгуровый с сыром	307/010	4,7	5,1	149,9	ТТК №180
Кашель из яблок с сыром	200	0,4	0,1	35,2	644
Бургули с сыром	200	0,8	0,8	91,2	338
Итого за пример питания:	760	17,9	19,3	314,5	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Салат по сезону (капусты нашинкован)	100	1,5	0,1	46,7	ТТК №3
Щи из свежей капусты с картофелем	290	2,0	4,5	86,0	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	100/200	17,6	11,0	296,5	ТТК №600
Картофель отварной с маслом	180	4,0	8,6	179,0	ТТК №133
Компот из свежих фруктов	200	0,1	0,1	59,2	ТТК №52
Хлеб пшеничный	90	3,7	0,1	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	138,5	ТТК № 7
Итого за пример питания:	980	34,3	35,0	916,7	
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок с морозильно печеный	150	21,7	12,2	48,4	470,3
Компот из яблок	200	0,2	0,1	17,4	69,4
Итого за пример питания:	350	21,9	12,3	65,8	548,7
Ужин (5-ти разовое)					
Лепешки с творогом с соусом молочным (сырный)	200/50	20,3	19,0	55,8	437,0
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,6	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,0	48,7	ТТК № 6
Итого за пример питания:	500	27,9	19,6	119,5	724,7
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3
Салат	30	2,3	0,1	18,0	ТТК № 138
Итого за пример питания:	210	7,3	4,5	33,4	173,6
Всего за день:		110,2	91,4	478,8	3 075,4

Зав. Производством:



М.Е.Н.Ю

на 09 августа 2024г.

Примеры пельменей, наименования блюд 12-15 лет	Масса порции	Плотность упаковки		Зерновая часть штук./кг	№ рецептур
		штук./кг	штук./кг		
Заготовки					
Косынки овсяные запорошенные (пирог, вафельный)	100	1,9	9,2	8,9	123,2
Омлет картофельный	150	15,3	18,9	19,0	249,4
Буурбад с маслом	40/10	3,1	7,3	19,6	138,0
Корфейный напиток на молоке	200	2,7	2,7	18,5	136,2
Итого за пример пельди:	580	23,8	38,1	65,1	666,8
Обед					
Омлет по сезону (буурда соевый)	60	0,5	0,1	3,0	7,6
Суп картофельный с бобовыми (пирог)	200	4,4	4,7	10,0	130,4
Котлеты, биточки, шницелы	90	9,7	13,0	18,7	240,3
Макаронные изделия отварные (решка)	100	3,6	7,6	26,2	184,3
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,9	118,5
Итого за пример пельди:	670	26,8	28,2	136,9	584,8
Полдник					
Пирожки пельменей с капустой	100	13,8	14,2	68,6	268,6
Компот из черной смородины	200	0,2	0,1	17,4	69,4
Брунеты сырные	200	0,8	0,8	19,0	81,2
Итого за пример пельди:	500	14,8	15,06	85,02	419,24
Ужин					
Омлет по сезону (овсянка отварная)	100	1,1	0,1	8,5	40,1
Запеканка из пельменей с рисом	150	16,1	19,4	24,2	333,7
Чай с сахаром и маслом	200	0,3	0,8	15,2	60,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за пример пельди:	500	21,2	19,8	73,2	551,2
Ужин 2					
Буурбад с картофелем	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4
Молоко цельное	180	3,1	8,4	8,4	94,3
Итого за пример пельди:	218	6,7	8,5	27,6	176,7
Всего за день:		92,4	105,8	386,4	2 788,5

Зам. Производителя



Примеры пельменей, наименования блюд 12-15 лет	Масса порции	Плотность упаковки		Зерновая часть штук./кг	№ рецептур
		штук./кг	штук./кг		
Заготовки					
Косынки овсяные запорошенные (пирог, вафельный)	100	1,9	9,2	8,9	123,2
Омлет картофельный	200	20,4	25,2	26,8	332,8
Буурбад с маслом	40/10	3,1	7,3	19,6	138,0
Корфейный напиток на молоке	200	2,7	2,7	18,5	136,2
Итого за пример пельди:	580	28,1	44,8	72,8	948,8
Обед					
Омлет по сезону (буурда соевый)	100	0,8	0,1	1,7	12,7
Суп картофельный с бобовыми (пирог)	250	5,5	5,7	19,1	163,6
Котлеты, биточки, шницелы	100	15,9	22,3	21,6	109,3
Макаронные изделия отварные (решка)	180	3,8	8,4	26,6	221,1
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,9	118,5
Итого за пример пельди:	950	34,6	37,5	153,0	1 041,8
Полдник					
Пирожки пельменей с капустой	150	18,2	21,3	72,9	462,6
Компот из черной смородины	200	0,2	0,1	17,4	69,4
Брунеты сырные	200	0,8	0,8	19,0	81,2
Итого за пример пельди:	550	19,2	22,16	109,32	623,56
Ужин					
Омлет по сезону (овсянка отварная)	100	1,1	0,1	8,5	40,1
Запеканка из пельменей с рисом	200	21,8	26,2	32,4	451,8
Чай с сахаром и маслом	200	0,3	0,8	15,2	60,0
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/50	3,1/3,8	0,4/0,3	14/13	60,3/59,4
Итого за пример пельди:	600	30,9	27,0	102,4	772,7
Ужин 2					
Буурбад с картофелем	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4
Молоко цельное	180	3,1	8,4	8,4	94,3
Итого за пример пельди:	218	6,7	8,5	27,6	176,7
Всего за день:		118,8	135,8	465,2	3 364,7



Министерство здравоохранения Республики Беларусь
 Государственный центр гигиены и эпидемиологии
 Минский район, д. 11, Кухня №1

МЕНЮ

на 10 марта 2024г.

Пример пищи, наименования блюд 7-11 лет	Масса порции	Плотность энергии		Запрещенные продукты, код	№ рецептур	
		ккал / 100г	г/100г			
Завтрак						
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200	8,7	13,7	28,4	ТТК №103	
Булочка с сыром	30/10/10	4,7	8,1	17,1	ТТК №180	
Чай с молоком и с сахаром	200	2,7	1,4	12,4	ТТК №193	
Батон	50	3,9	1,5	25,3	ТТК № 178	
Итого за прием пищи:	640	26,0	24,7	83,6	566,5	
Обед						
Овощи по сезону (пюреобраз состояние)	100	9,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27
Суп из овощей	200	3,9	2,9	12,8	99,0	ТТК №205
Теплота (1-й вариант) с соусом	100/100	10,6	16,8	17,3	208,9	172,565
Каша речневая вязкая	150	6,2	7,4	27,1	148,3	ТТК №152
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,9	307
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	136,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	640	28,1	27,7	143,7	847,6	
Полдник						
Булочка дрожжевая	100	11,8	14,0	40,2	279,2	ТТК №146
Компот из яблок/слив	200	0,4	0,1	25,2	94,0	ТТК №257
Итого за прием пищи:	300	12,2	14,1	71,4	373,2	
Ужин						
Закуска рисовая с творогом с соусом молочным (сладкая)	200/100	13,8	16,5	51,9	372,9	ТТК №100
Каша из пшеницы	200	0,1	0,0	23,2	110,3	647
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	600	17,6	16,8	109,4	598,0	
Ужин 2						
Кисломолочный продукт (сырок)	100	4,4	4,4	18,8	137,9	696
Батон	30	2,1	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,5	5,3	33,8	215,6	
Всего за день:		85,8	85,4	436,3	2 697,2	



Директор ООО "Венера" _____

Пример пищи, наименования блюд 12-18 лет	Масса порции	Плотность энергии		Запрещенные продукты, код	№ рецептур	
		ккал / 100г	г/100г			
Завтрак						
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	250	11,1	10,9	41,0	ТТК №103	
Булочка с сыром	30/10/10	4,7	8,1	17,1	149,9	ТТК №180
Чай с молоком и с сахаром	200	2,7	1,4	12,4	68,9	ТТК №193
Батон	60	4,6	1,8	30,1	153,4	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	640	23,1	25,2	160,4	647,7	
Обед						
Овощи по сезону (пюреобраз состояние)	100	1,1	0,0	2,3	13,6	ТТК №27
Суп из овощей	250	2,3	2,9	16,6	123,8	ТТК №205
Теплота (1-й вариант) с соусом	100/100	11,6	18,2	19,2	224,6	ТТК №65
Каша речневая вязкая	180	7,4	8,9	32,5	175,5	ТТК №152
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,8	83,4	307
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	136,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	686	31,6	31,1	142,7	874,2	
Полдник						
Булочка дрожжевая	150	17,7	21,0	69,2	438,8	ТТК №146
Компот из яблок/слив	200	0,6	0,1	25,2	94,0	ТТК №257
Итого за прием пищи:	350	18,3	21,8	94,8	532,8	
Ужин						
Закуска рисовая с творогом с соусом молочным (сладкая)	200/100	16,4	19,6	62,9	447,3	ТТК №100
Каша из пшеницы	200	0,1	0,0	28,2	110,3	647
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	250,7	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	600	23,9	20,2	139,8	707,5	
Ужин 2						
Кисломолочный продукт (сырок)	100	4,4	4,4	18,8	137,9	696
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,4	5,3	33,8	215,6	
Всего за день:		103,7	102,9	511,4	3 607,7	



УТВЕРЖАЮ
Директор ЦОУ «Венгская клинико-аналитическая лаборатория»
И.А. Абулганова

МЕНЮ

на 11 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	1 день	Масса порции	Питательная ценность		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
			белки, г	жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Вареное картофельное пюре	1шт	5,5	3,0	0,3	68,6	317
Каша молочная манная жидкая с маслом	250	7,1	9,3	30,8	223,4	ТТК №43
Кавал с маслом с сахаром	200	2,1	3,8	13,3	108,4	ТТК №105
Хлеб пшеничный	70	5,3	0,4	34,0	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	564	19,8	18,5	88,6	561,2	
Обед (3х, 5-ти разовое)						
Овощной суп (картофель, капуста)	100	1,3	0,3	8,5	41,3	ТТК №1
Суп картофельный с говяжьими котлетами	250	5,3	5,7	19,1	163,0	ТТК №43
Рыба, тушеная в томате с овощами	100/30	19,4	14,0	3,5	129,1	ТТК №78
Рис отварной	160	4,5	13,5	46,8	327,3	ТТК №69
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,7	ТТК №23
Хлеб пшеничный	50	1,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	663	34,5	34,2	351,4	996,4	
Полдник (3-ти разовое)						
Пюре картофельное с картофелем	145	11,1	18,6	54,3	491,0	ТТК №421
Бутерброды	200	0,8	0,8	19,0	91,2	318
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,3	ТТК №54
Итого за прием пищи:	545	12,0	19,4	89,9	611,5	
Ужин (3-ти разовое)						
Омлет картофельный в соусе	100/30	17,0	21,0	19,3	296,3	ТТК №90
Макаронные изделия отварные (гречка)	200	4,2	9,8	54,9	243,7	ТТК №129
Чай с сахаром, варенье, джем, медом, повидлом	200	0,2	0,0	13,0	54,0	ТТК №102
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	690	27,4	30,7	183,2	784,9	
Ужин 2 (3-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	3,0	4,4	7,0	92,3	698
Сладкий картофель	5	0,0	0,0	4,8	19,4	
Батон	30	2,3	0,9	13,0	71,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	22,6	170,2	
Всего за день:		113,2	108,3	446,8	2 180,4	

Лес Прогнозистам

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	1 день	Масса порции	Питательная ценность		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
			белки, г	жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Вареное картофельное пюре	1шт	5,5	3,0	0,3	68,6	317
Каша молочная манная жидкая с маслом	200	3,7	4,9	23,7	178,7	ТТК №43
Кавал с маслом с сахаром	200	2,1	3,8	13,3	108,4	ТТК №105
Хлеб пшеничный	60	4,3	0,4	28,2	117,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	634	17,8	14,9	78,4	493,5	
Обед (3х, 5-ти разовое)						
Овощной суп (картофель, капуста)	60	0,6	0,1	3,1	24,4	ТТК №3
Суп картофельный с говяжьими котлетами	200	4,4	4,7	16,0	150,4	ТТК №43
Рыба, тушеная в томате с овощами	100/30	12,8	11,1	3,5	119,3	ТТК №78
Рис отварной	150	3,8	12,4	48,9	293,3	ТТК №69
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,7	ТТК №23
Хлеб пшеничный	60	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	60	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	630	34,2	30,4	328,8	923,4	
Полдник (3-ти разовое)						
Пюре картофельное с картофелем	102	12,1	12,4	56,3	300,6	ТТК №421
Бутерброды	200	0,8	0,8	19,0	91,2	318
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,3	ТТК №54
Итого за прием пищи:	502	13	13,2	71,8	461,2	
Ужин (3-ти разовое)						
Омлет картофельный в соусе	90/30	16,3	19,3	17,4	281,5	ТТК №90
Макаронные изделия отварные (гречка)	150	3,8	7,4	28,2	184,3	ТТК №129
Чай с сахаром, варенье, джем, медом, повидлом	200	0,2	0,0	13,0	54,0	ТТК №102
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	560	22,5	27,1	73,2	627,7	
Ужин 2 (3-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	3,0	4,4	7,0	92,3	698
Сладкий картофель	5	0,0	0,0	4,8	19,4	
Батон	30	2,3	0,9	13,0	71,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	22,6	170,2	
Всего за день:		94,9	98,6	366,3	2 873,8	

Лес Прогнозистам





МЕНЮ

на 12 марта 2024г.

Пример пиццы, наименование блюда 12-18 лет	Масса порция	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		ккал/г	г/мл		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша овсяная молочная рисовая	200	5,0	31,9	198,0	ТТК №102
Булгур с сыром	300/100	4,7	5,1	140,8	ТТК №180
Корейский салат на молоке	200	2,7	18,5	116,2	ТТК №104
Батон	60	4,6	1,8	155,4	ТТК № 178
Итого за прями пиццы:	500	16,2	18,7	613,4	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (пюре кабачковой)	60	1,2	5,5	71,6	101
Суп из овощей	200	1,9	2,6	12,8	ТТК №205
Котлеты, говяжьи, шницель	90	9,7	13,0	18,7	ТТК №1
Картофельное пюре с маслом	150	4,2	4,3	22,8	ТТК №136
Компот из фруктов	200	0,4	0,1	21,3	ТТК №31
Хлеб пшеничный	90	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	80	5,1	0,3	32,9	ТТК № 7
Итого за прями пиццы:	810	26,2	28,5	317,9	
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок с яблоками	100	7,1	11,0	45,1	ТТК №110
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	10,6	107
Итого за прями пиццы:	300	8,1	11,2	55,7	
Ужин (5-ти разовое)					
Полдник с творогом с соусом молочным (сырники)	200/50	16,9	15,8	46,5	ТТК №134
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,3	0,0	33,2	ТТК №301
Хлеб пшеничный	80	3,7	0,3	24,7	ТТК № 6
Итого за прями пиццы:	500	20,9	16,1	104,4	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисло-молочный продукт (ряженка)	180	3,0	4,4	7,4	098
Батон	30	2,3	0,9	15,6	ТТК № 178
Итого за прями пиццы:	210	5,3	5,3	23,0	
Всего за день:	2100	78,8	77,7	1007,7	

Директор ООО "Вестермилек" Андрей Александрович Назаров





Директор ООО «Волчара»
И.В. Козлова

МЕНЮ

на 13 марта 2024г.

Примеры пиццы, наименование блюда	3 день 7.11.2024	Масса порции	Плотность питания		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки г	Жиры г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каши пшеницы молочной вязкой	210	8,2	7,3	39,0	524,0	ТТК №108
Булочка с повидлом	40/10/50	4,7	7,3	31,3	277,3	ТТК №127
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	2,7	1,4	12,4	66,9	ТТК №303
Брутки соевые	200	0,8	0,8	19,0	91,2	318
Итого за завтрак пиццы:	700	16,4	17,2	120,4	789,4	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Салат по сезону (помидор соевый)	80	0,6	0,6	1,4	8,2	ТТК №27
Суп картофельный	200	2,8	2,9	9,3	78,7	ТТК №87
Котлеты рубленные из говядины	90	12,6	14,4	34,4	292,6	ТТК №42
Рисут белозерный	180	2,9	2,8	24,1	124,8	ТТК №143
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №32
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,8	114,8	ТТК №6
Хлеб ржаной	70	4,5	0,6	38,8	173,5	ТТК №7
Итого за обед пиццы:	820	27,2	21,3	316,5	756,8	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок печеный с капустой	150	11,8	14,2	48,6	308,6	ТТК №118
Компот из апельсинов	200	0,4	0,1	25,2	94,9	ТТК №257
Итого за полдник пиццы:	300	14,2	14,3	73,8	403,4	
Ужин (5-ти разовое)						
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	9,8	11,2	167,3	ТТК №63
Каши рассыпчатая с овощами (рисовая)	150	7,6	7,7	35,4	254,3	ТТК №189
Чай с сахаром впридачу	200	0,2	0,1	15,0	58,1	ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №8
Итого за ужин пиццы:	500	26,7	17,9	91,0	587,4	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Мясной фарш (говядина)	180	4,0	4,7	18,8	117,9	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК №178
Итого за ужин пиццы:	210	7,1	5,6	33,8	215,6	
Всего за день:	77,0	79,0	439,6	3 873,2		

Директор ООО «Волчара»



Примеры пиццы, наименование блюда	3 день 12.10.2024	Масса порции	Плотность питания		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки г	Жиры г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каши пшеницы молочной вязкой	250	10,4	9,6	47,5	405,0	ТТК №108
Булочка с повидлом	40/10/50	4,7	7,3	31,3	277,3	ТТК №127
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	2,7	1,4	12,4	66,9	ТТК №303
Брутки соевые	200	0,8	0,8	19,0	91,2	318
Итого за завтрак пиццы:	750	18,8	19,1	120,8	840,4	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Салат по сезону (помидор соевый)	100	1,1	0,6	2,3	13,4	ТТК №27
Суп картофельный	250	3,6	4,0	11,6	99,4	ТТК №87
Котлеты рубленные из говядины	100	14,2	16,2	36,0	288,4	ТТК №42
Рисут белозерный	180	3,7	3,4	28,8	149,8	ТТК №143
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №32
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,3	114,8	ТТК №6
Хлеб ржаной	70	4,5	0,6	38,8	173,5	ТТК №7
Итого за обед пиццы:	850	31,5	31,6	136,1	832,7	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок печеный с капустой	150	18,2	21,3	72,9	462,9	ТТК №118
Компот из апельсинов	200	0,4	0,1	25,2	94,9	ТТК №257
Итого за полдник пиццы:	350	18,6	21,4	98,1	557,8	
Ужин (5-ти разовое)						
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	10,0	12,5	176,9	ТТК №63
Каши рассыпчатая с овощами (рисовая)	200	10,1	10,2	47,5	299,6	ТТК №189
Чай с сахаром впридачу	200	0,2	0,1	15,0	58,1	ТТК №241
Хлеб пшеничный / Хлеб ржаной	70/50	5,0/5,9	0,4/0,7	34/27,3	164,8/94,4	ТТК №8/67
Итого за ужин пиццы:	500	21,5	20,2	74,8	589,9	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Мясной фарш (говядина)	180	4,0	4,9	18,8	117,9	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК №178
Итого за ужин пиццы:	210	7,1	5,3	33,8	215,6	
Всего за день:	184,4	97,3	509,3	3 197,7		

Тан Прохорова



УПРАВДЛІЦЦА
Дзяржаўнага навуковага цэнтру рэспублікі Беларусь па бяспецы і якасці
харчавых прадуктаў і сельскагаспадарчых вытворчых прадуктаў
Ф.Е. Кулішоў

М Е Н Ю

на 1-4 марта 2024г.

Пример меню, наименование блюда	Масса порции	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Жиры, г	Углеводы, г		
4 дня, 7-11 лет					
Завтрак (2х, 5-ти разовой)					
Каши молочная жидкая вязкая	200	5,7	6,8	25,7	ТТК №63
Ябло вареное крупно	5шт	5,4	3,0	0,3	337
Каши с маком с сахаром	200	2,1	9,8	15,3	ТТК №323
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	20,2	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	524	17,8	16,0	70,5	492,5
Обед (2х, 5-ти разовой)					
Супца по сезону (супеця солёная)	80	0,5	0,1	1,0	ТТК №4
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,0	8,1	ТТК №47
Фруктовый салат в соусе	9000	76,5	19,5	17,4	ТТК №60
Каши гречневая вязкая	150	6,2	7,4	27,3	ТТК №172
Салат фруктовый	200	0,6	0,0	0,2	101,0
Хлеб пшеничный	90	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	90	3,2	0,4	20,6	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	836	32,2	36,7	180,4	951,4
Полдник (6-ти разовой)					
Персик с мармелом печеный	100	13,1	8,1	65,4	215,5
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Брускетты сырные	200	1,7	0,4	15,7	83,4
Итого за прием пищи:	500	17,2	8,5	91,7	464,9
Ужин (6-ти разовой)					
Консервы овощные замороженные (супра забавяжаны)	100	1,0	0,2	8,0	123,2
Макаронные с сыром	100	12,0	14,9	58,0	314,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	20,2	137,8
Итого за прием пищи:	510	18,6	24,5	98,2	653,8
Ужин 2 (6-ти разовой)					
Булочки с повидлом	20015	1,6	0,1	19,2	82,4
Молоко витаминное	100	5,1	4,4	8,4	94,3
Итого за прием пищи:	215	6,7	4,5	27,6	176,7
Всего за день:		92,6	34,2	406,4	2 652,3

Директор К В У "Меню"



Пример меню, наименование блюда	Масса порции	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Жиры, г	Углеводы, г		
4 дня, 12-18 лет					
Завтрак (2х, 5-ти разовой)					
Каши молочная жидкая вязкая	250	7,1	9,3	30,8	223,4
Ябло вареное крупно	1шт	5,5	3,0	0,3	68,6
Каши с маком с сахаром	200	2,1	3,8	15,3	108,4
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	24,3	160,8
Итого за прием пищи:	544	19,8	16,5	80,4	561,2
Обед (2х, 5-ти разовой)					
Супца по сезону (супеця солёная)	100	0,8	0,1	1,7	12,7
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	4,3	10,6	80,0
Фруктовый салат в соусе	10000	17,9	21,0	19,3	246,5
Каши гречневая вязкая	180	7,4	8,3	32,5	175,5
Салат фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	87,4
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,4	28,9	138,5
Итого за прием пищи:	960	27,2	25,4	156,2	989,4
Полдник (6-ти разовой)					
Персик с мармелом печеный	100	22,7	12,3	68,4	479,2
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Брускетты сырные	200	1,7	0,4	15,7	83,4
Итого за прием пищи:	500	24,8	12,6	104,5	646,7
Ужин (6-ти разовой)					
Консервы овощные замороженные (супра забавяжаны)	100	1,0	0,2	8,0	123,2
Макаронные с сыром	200	10,9	22,5	68,6	431,7
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Хлеб пшеничный / Хлеб витаминный	7000	5,10,9	0,40,2	24,22,0	160,819,4
Итого за прием пищи:	600	29,8	32,4	117,7	855,9
Ужин 2 (6-ти разовой)					
Булочки с повидлом	20015	1,6	0,1	19,2	82,4
Молоко витаминное	100	5,1	4,4	8,4	94,3
Итого за прием пищи:	215	6,7	4,5	27,6	176,7
Всего за день:		117,6	103,4	466,4	3 149,1

Зав. Производства



Министерство образования и науки Республики Беларусь
Г.Е. Кулешова

МЕНЮ

на 15 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность питания			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки г	Жиры г	Углеводы г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша овсяная запаренная (сметаной)	100	1,9	9,1	8,0	121,2	101
Омлет картофельный	200	20,4	25,2	26,8	332,3	ТТК №12
Круассан из теста на масле	200	2,3	2,7	18,2	136,2	ТТК №104
Булочка с маслом	30/10	2,3	7,5	14,1	135,0	1
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
Итого за завтрак:	668	30,3	44,9	87,2	818,8	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (картофель, свекла)	100	2,0	0,1	0,7	34,0	ТТК №128
Суп из овощей	250	2,3	2,9	16,0	123,8	ТТК №205
Тефтели (1-й вариант) с соусом	100/50	11,5	18,2	19,2	224,9	ТТК №65
Каша пшеница яловая	100	0,2	0,6	29,5	182,7	ТТК №114
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,9	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	118,8	ТТК №6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	128,5	ТТК №7
Итого за обед:	960	38,6	30,8	145,3	966,9	
Полдник (5-ти разовое)						
Булочка Домашняя	150	1,7	21,0	10,3	418,8	ТТК №146
Сок фруктовый	200	3,0	0,2	19,6	80,2	707
Итого за полдник:	350	4,7	21,2	29,9	509,0	
Ужин (5-ти разовое)						
Салат по сезону (помидор, огурец)	100	1,1	0,2	2,3	13,6	ТТК №27
Плов, тушеный в соусе с овощами	200	15,1	22,4	28,4	399,6	ТТК №66
Чай с сахаром и лимоном	200	0,0	0,2	18,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	60	3,9	0,3	24,5	118,7	ТТК №7
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6
Итого за ужин:	878	24,9	24,7	99,7	729,8	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Каша манная протертая (овес)	180	3,0	4,4	7,0	92,3	698
Салат	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК №178
Итого за ужин 2:	210	5,3	5,3	22,0	170,0	
Всего за день:	115,8	125,8	413,9	3138,6		

Эль Пронина

Пример блюда, наименование блюда 2-11 лет	Масса порции	Плотность питания			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки г	Жиры г	Углеводы г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша овсяная запаренная (сметаной)	100	1,9	9,1	8,0	121,2	101
Омлет картофельный	150	15,3	18,9	19,0	249,4	ТТК №12
Круассан из теста на масле	200	2,3	2,7	18,2	136,2	ТТК №104
Булочка с маслом	30/10	2,3	7,5	14,1	135,0	1
Хлеб пшеничный	30	3,2	0,2	13,6	68,9	ТТК №6
Итого за завтрак:	610	24,4	38,9	93,7	710,7	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (картофель, свекла)	60	1,2	0,1	0,3	21,0	ТТК №128
Суп из овощей	200	1,9	3,9	12,8	99,9	ТТК №205
Тефтели (1-й вариант) с соусом	90/30	10,4	16,8	17,3	208,9	ТТК №65
Каша пшеница яловая	150	0,3	0,8	24,6	168,3	ТТК №114
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,9	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	118,8	ТТК №6
Хлеб пшеничный	40	2,9	0,4	18,5	79,2	ТТК №7
Итого за обед:	629	25,8	16,6	126,9	782,7	
Полдник (5-ти разовое)						
Булочка Домашняя	100	1,8	14,0	4,2	279,2	ТТК №146
Сок фруктовый	200	3,0	0,2	19,6	80,2	707
Итого за полдник:	300	4,8	14,2	23,8	359,4	
Ужин (5-ти разовое)						
Салат по сезону (помидор, огурец)	60	0,6	0,2	1,4	8,2	ТТК №27
Плов, тушеный в соусе с овощами	200	13,7	19,6	20,4	281,9	ТТК №66
Чай с сахаром и лимоном	200	0,0	0,2	18,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	45	3,6	0,2	19,5	91,0	ТТК №6
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	ТТК №7
Итого за ужин:	630	19,8	17,1	69,8	509,5	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Каша манная протертая (овес)	180	3,0	4,4	7,0	92,3	698
Салат	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК №178
Итого за ужин 2:	210	5,3	5,3	22,0	170,0	
Всего за день:	89,7	101,7	352,2	2599,4		

Директор ДУО "Беларусь"



МЕНЮ

на 16 марта 2024г.

Примеры блюд, наименования блюд 7-15 лет	Масса порции	Плотность упаковки		Выход готового продукта, кг	№ рецепта
		Блинов. г	Температур. г		
Завтрак					
Блины молочные пышечки с маслом	200	8,2	7,7	324,9	ТТК №118
Булочки с сиропом	30/10/95	4,7	5,3	140,9	ТТК №146
Чай с молоком и с сахаром	200	2,7	1,4	66,9	ТТК №189
Батон	50	3,9	1,5	129,3	ТТК № 178
Итого за завтрак:	600	19,5	12,7	672,1	
Обед					
Омлет по сезону (яйца в молочном)	60	0,9	0,1	24,4	ТТК №3
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,4	4,5	112,6	ТТК №46
Котлеты рубленые из птицы	90	12,9	14,4	232,6	ТТК №62
Картофель отварной с маслом	150	3,8	6,5	24,6	ТТК №119
Компот из свежих плодов	200	0,1	14,2	94,2	ТТК №32
Хлеб пшеничный	50	1,7	0,3	24,7	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	ТТК № 7
Итого за pranzo пицца:	620	27,5	36,5	615,8	
Полдник					
Пирожок с яблоками	100	7,3	11,9	45,3	ТТК №140
Компот из яблок-слив	200	0,4	0,1	24,2	ТТК №237
Итого за pranzo пицца:	300	7,8	12,0	69,5	
Ужин					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (сырный)	300/50	6,9	16,3	172,6	ТТК №100
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	13,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	1,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Итого за pranzo пицца:	560	8,7	16,6	565,7	
Ужин 2					
Мясной салат с соусом (дрозина)	100	3,0	4,4	7,4	698
Батон	30	2,3	11,9	13,8	ТТК № 178
Итого за pranzo пицца:	210	7,3	5,2	172,8	
Всего за день:		79,5	75,2	488,8	2 562,4

Директор ООО "Бонплан"



Зав. Производства

Примеры блюд, наименования блюд 12-18 лет	Масса порции	Плотность упаковки		Выход готового продукта, кг	№ рецепта
		Блинов. г	Температур. г		
Завтрак					
Блины молочные пышечки с маслом	250	10,6	9,0	475,6	ТТК №118
Булочки с сиропом	30/10/95	4,7	5,3	140,9	ТТК №146
Чай с молоком и с сахаром	200	2,7	1,4	66,9	ТТК №189
Батон	60	4,0	1,8	131,4	ТТК № 178
Итого за завтрак:	660	22,0	17,0	772,2	
Обед					
Омлет по сезону (яйца в молочном)	100	1,3	0,1	40,7	ТТК №3
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,4	5,3	171,0	ТТК №46
Котлеты рубленые из птицы	100	14,5	16,2	258,8	ТТК №62
Картофель отварной с маслом	180	4,6	8,6	29,2	ТТК №113
Компот из свежих плодов	200	0,1	14,2	94,2	ТТК №32
Хлеб пшеничный	50	1,7	0,3	24,7	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	ТТК № 7
Итого за pranzo пицца:	660	31,3	31,2	611,4	
Полдник					
Пирожок с яблоками	150	10,7	16,3	68,6	ТТК №140
Компот из яблок-слив	200	0,4	0,1	24,2	ТТК №237
Итого за pranzo пицца:	350	11,1	16,4	92,8	
Ужин					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (сырный)	300/50	16,4	19,6	427,5	ТТК №100
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	13,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	100	7,4	1,6	49,1	ТТК № 6
Итого за pranzo пицца:	600	24,0	20,2	536,2	
Ужин 2					
Мясной салат с соусом (дрозина)	100	5,9	4,4	7,4	698
Батон	30	2,3	11,9	13,8	ТТК № 178
Итого за pranzo пицца:	210	7,3	5,2	172,8	
Всего за день:		95,2	91,2	486,2	3 087,4



Директор ООО "Бонплан"
Е.Е. Власова



МЕНЮ

на 17 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		белки, г	жиры, г		
Завтрак					
Каша овсяная молочная вазелем	250	12,0	13,2	47,2	ТТК №101
Булочка с повидлом	60/10/50	4,7	2,3	91,1	ТТК №127
Каша с молоком с сахаром	200	2,1	3,6	15,3	ТТК №303
Итого за завтрак:	850	18,8	24,4	132,6	713,9
Обед					
Овощи по сезону (пюре), соевый	100	1,6	0,1	6,6	42,6
Суп картофельный	250	2,4	2,2	19,6	108,0
Котлетки, биточки, шницель	100	15,9	12,8	21,0	93,3
Каша гречневая вазелем	180	5,2	4,7	24,1	107,6
Компот из фруктов сушеных	200	0,4	0,0	20,4	91,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,2	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	118,5
Итого за обед:	850	36,9	26,2	340,3	927,2
Полдние					
Персик с морозилом печеный	150	22,7	12,2	69,4	473,3
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	66,3
Фрукты свежие	200	0,9	0,8	19,0	91,2
Итого за полдние:	400	23,6	1,3	105,3	640
Ужин					
Овощи по сезону (пюре), соевый	100	1,1	0,1	6,5	40,7
Пюре из картофеля	200	13,6	11,3	37,2	471,7
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	13,6	58,0
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	150/30	5,3/1,0	0,8/0,3	34/12,3	140,8/51,4
Итого за ужин:	600	21,9	12,1	107,8	700,4
Ужин 2					
Булочка с сыром	30/10/20/10	4,7	5,1	17,1	143,9
Молоко арктическое	100	5,1	6,4	34,4	69,3
Итого за ужин 2:	200	9,8	11,5	51,5	213,2
Всего за день:	1850	116,6	115,4	490,3	3 031,8

Зав. Прикладского

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		белки, г	жиры, г		
Завтрак					
Каша овсяная молочная вазелем	200	9,6	9,0	37,6	ТТК №101
Булочка с повидлом	40/10/50	4,7	2,3	91,1	ТТК №127
Каша с молоком с сахаром	200	2,1	3,6	15,3	ТТК №303
Итого за завтрак:	500	16,4	14,1	144,0	653,0
Обед					
Овощи по сезону (пюре), соевый	50	0,5	0,1	3,3	21,3
Суп картофельный	200	2,8	2,9	24,7	128,7
Котлетки, биточки, шницель	50	9,7	7,6	16,7	70,8
Каша гречневая вазелем	150	6,2	5,4	27,1	146,3
Компот из фруктов сушеных	200	0,4	0,0	20,4	91,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,2	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	118,5
Итого за обед:	820	27,8	16,3	319,6	819,4
Полдние					
Персик с морозилом печеный	100	15,1	8,1	45,0	319,3
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	66,3
Фрукты свежие	200	0,9	0,8	19,0	91,2
Итого за полдние:	500	16,1	8,9	81,2	486,8
Ужин					
Овощи по сезону (пюре), соевый	100	1,1	0,1	6,5	40,7
Пюре из картофеля	150	14,7	12,6	39,0	333,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	13,6	58,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,2	114,8
Итого за ужин:	500	19,7	12,9	142,3	547,3
Ужин 2					
Булочка с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	143,9
Молоко арктическое	100	5,1	6,4	34,4	69,3
Итого за ужин 2:	200	9,8	11,5	51,5	213,2
Всего за день:	1850	116,6	115,4	490,3	3 031,8

Директор ОКК "Возраст"





Директор ООО «Венгура»
И.Е. Кувшинов

МЕНЮ

на 18 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 7-11 стр.	Масса порции	Плотность вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белок, г	Жиры, г		
Завтрак (2а, 5-ти разовое)					
Моло вареное всухомят	1шт	5,5	5,0	68,6	317
Каша овсяная молочная из риса и пшена	200	8,7	13,3	200,4	ТТК №103
Дружба с маслом	200	0,3	0,0	110,4	647
Каша из пшеницы	60	4,5	11,4	177,6	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	528	18,8	0,5	86,1	557,4
Итого за завтрак					
Обед (2а, 5-ти разовое)					
Супчик по сезону (помидор соевый)	60	0,6	0,6	1,4	8,2
Суп картофельный с бобовыми (горяч)	200	4,4	4,7	16,0	130,4
Тертая из мяса птицы	90	10,3	16,3	19,5	246,2
Масляные изделия открытые (ромы)	150	3,6	2,4	26,2	184,3
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	86,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за pranzo пицца	828	37,5	24,4	137,7	911,6
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок печеный с картошкой	100	12,1	12,4	36,3	310,0
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,8	131,9
Итого за pranzo пицца	300	12,7	12,4	69,1	492,4
Ужин (5-ти разовое)					
Пудинг из творога с яблоками с соусом мясным	200/60	27,2	21,5	31,3	460,4
Компот из вишни	200	0,2	0,1	17,4	69,4
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за pranzo пицца	510	31,1	21,9	75,0	644,6
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисло-молочный продукт (кефир)	100	4,0	4,4	7,9	39,7
Баран	50	2,5	0,0	13,0	21,7
Итого за pranzo пицца	200	7,2	5,2	22,9	176,4
Итого за день:		97,3	96,1	387,8	3 797,9

Директор ООО «Венгура»



Пример блюда, наименование блюда 12-18 стр.	Масса порции	Плотность вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белок, г	Жиры, г		
Завтрак (2а, 5-ти разовое)					
Моло вареное всухомят	1шт	5,5	5,0	68,6	317
Каша овсяная молочная из риса и пшена	200	11,1	16,6	253,5	ТТК №103
Каша из пшеницы	200	0,3	0,0	28,2	647
Хлеб пшеничный	70	5,1	8,4	34,6	160,8
Итого за завтрак	668	21,8	22,9	103,5	615,2
Обед (2а, 5-ти разовое)					
Супчик по сезону (помидор соевый)	100	1,3	6,0	2,3	13,6
Суп картофельный с бобовыми (горяч)	200	5,3	2,7	19,3	163,0
Тертая из мяса птицы	100	10,6	18,1	23,9	273,7
Масляные изделия открытые (ромы)	200	4,2	9,3	34,9	243,7
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	86,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за pranzo пицца	878	29,0	24,2	156,8	1 037,8
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок печеный с картошкой	150	19,2	18,6	54,1	430,9
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,8	131,9
Итого за pranzo пицца	350	19,8	18,6	86,2	562,8
Ужин (5-ти разовое)					
Пудинг из творога с яблоками с соусом мясным	250/60	32,5	28,3	37,4	556,1
Компот из вишни	200	0,2	0,1	17,4	69,4
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7
Итого за pranzo пицца	610	40,1	29,0	103,5	855,2
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисло-молочный продукт (кефир)	100	4,4	2,9	19,7	40,1
Баран	50	0,9	13,0	72,7	ТТК № 178
Итого за pranzo пицца	218	5,3	22,9	196,4	
Итого за день:		117,8	109,1	472,8	3 867,4

Зав. Производством

МЕНЮ

на 19 марта 2024г.

Примеры завтра, наименование блюда 12-18 лет	Масса порция	Попышки выкатки		Итого выкатки масса штук, корж	№ рецептуры
		Бисквит	Молочная / Масляная		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,2	7,7	167,7	ТТК №83
Булочка с повидлом	30/5/20	4,7	7,1	277,3	ТТК №127
Чай с молоком и сахаром	200	2,7	1,4	60,0	ТТК №303
Итого за пример завтра	500	15,6	16,2	504,0	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Омлет по сезону (омлет картофель)	60	0,9	0,1	24,4	ТТК №3
Щи из свеклы капуста с картошкой	200	1,4	3,9	70,4	ТТК №17
Котлеты рубленые из птицы	90	12,9	14,4	232,6	ТТК №62
Каша рисовая с овощами	120	7,8	7,7	224,7	ТТК №189
Компот из свежих плодов	200	0,7	0,1	14,2	ТТК №42
Хлеб пшеничный	50	7,7	0,7	24,2	ТТК №11
Хлеб пшеничный	70	8,5	0,6	28,8	ТТК №7
Итого за пример обед	650	31,0	26,4	1204,4	
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожки печеный с капустой	100	13,8	14,2	48,6	208,6
Компот из апельсинов	200	0,8	0,1	25,2	94,0
Брунны сырные	200	11,8	0,8	19,0	91,2
Итого за пример полдник	500	14,9	15,0	92,78	493,8
Ужин (5-ти разовое)					
Омлет по сезону (яйца отварные)	100	1,1	0,1	8,5	40,7
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	9,8	11,2	107,1
Картофель отварной с маслом	150	7,8	6,7	24,6	140,2
Чай с сахаром вприкуску	200	0,2	0,0	12,6	58,0
Хлеб пшеничный	60	4,3	0,4	20,2	137,6
Итого за пример ужин	600	17,9	16,8	324,8	532,8
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Бисквитный продукт (блинчик)	100	4,8	4,4	18,8	172,9
Биттон	30	2,1	0,9	15,0	77,7
Итого за пример ужин	210	7,4	5,3	33,8	210,6
Итого за день		86,6	79,4	433,7	2 650,7



Директор ООО «Вербиз»

Примеры завтра, наименование блюда 12-18 лет	Масса порция	Попышки выкатки		Итого выкатки масса штук, корж	№ рецептуры
		Бисквит	Молочная / Масляная		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Суп молочный с макаронными изделиями	300	9,8	8,8	215,2	ТТК №83
Булочка с повидлом	40/10/60	4,7	7,1	277,3	ТТК №127
Чай с молоком и сахаром	200	2,7	1,4	60,0	ТТК №303
Итого за пример завтрак	600	17,2	17,3	552,5	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Омлет по сезону (омлет картофель)	100	1,5	0,1	8,5	40,7
Щи из свеклы капуста с картошкой	250	2,0	4,3	100,6	88,0
Котлеты рубленые из птицы	100	14,5	16,2	100,6	258,4
Каша рисовая с овощами	180	9,1	9,2	42,8	209,6
Компот из свежих плодов	200	0,7	0,1	14,2	59,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,2	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за пример обед	650	35,4	30,8	144,6	909,2
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожки печеный с капустой	150	18,2	21,3	21,9	402,9
Компот из апельсинов	200	0,4	0,1	25,2	94,0
Брунны сырные	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за пример полдник	550	19,4	22,18	117,08	648,1
Ужин (5-ти разовое)					
Омлет по сезону (яйца отварные)	100	1,3	0,1	8,5	40,7
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	10,8	12,3	176,3
Картофель отварной с маслом	150	4,4	8,6	20,5	179,9
Чай с сахаром вприкуску	200	0,2	0,0	12,6	18,0
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	24,0	140,8
Итого за пример ужин	650	22,2	19,9	99,3	614,8
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Бисквитный продукт (блинчик)	100	4,8	4,4	18,8	172,9
Биттон	30	2,1	0,9	15,0	77,7
Итого за пример ужин	210	7,4	5,3	33,8	210,6
Итого за день		101,2	94,8	487,8	3 017,1

Директор ООО «Вербиз»

МЕНЮ

на 20 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 3-18 лет	Масса порции	Плотная еда		Зеленые овощи (салат, винегрет)	№ рецептуры
		бюджет	утилитар		
Завтрак (2х, 4-ти разовой)					
Каша молочная вязкая жидкая	250	7,1	9,3	10,8	224,4
301010		4,7	3,1	17,1	149,0
Булочка с сыром	200	3,1	3,8	15,3	108,8
Каша с молоком с сахаром	50	3,9	1,3	25,1	125,5
Батон	50	17,4	19,7	88,1	611,2
Итого за завтрак:					
	870	31,2	38,4	139,4	945,5
Обед (2х, 5-ти разовой)					
Омлет из сыру (яично, соевый)	100	0,8	0,1	1,7	12,2
Суп из овощей	250	2,3	2,9	10,0	121,8
Плов из пшеницы	200	19,6	31,3	37,2	470,7
Каша из смеси круп (булгур)	200	11,4	10,0	20,4	81,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,2	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	138,5
Итого за обед:					
	870	31,2	38,4	139,4	945,5
Полдник (5-ти разовой)					
Пирожок с яблоками	150	10,7	16,5	18,0	307,4
Сал фруктовый	200	9,6	0,2	22,9	100,9
Итого за полдник:					
	350	11,2	16,7	96,9	408,3
Ужин (5-ти разовой)					
Запеканка из творога с морковью с соусом молочный	250/50	24,7	27,2	35,6	606,5
Молоко кефирное	200	5,6	4,9	9,3	104,8
Хлеб пшеничный	100	7,8	0,6	48,7	229,3
Итого за ужин:					
	600	41,7	32,7	117,6	941,6
Ужин 2 (5-ти разовой)					
Балетный продукт (пюре)	100	1,0	4,4	7,4	64,3
Батон	30	2,3	0,9	13,0	17,7
Итого за ужин:					
	210	7,3	5,3	20,4	172,8
Всего за день:					
	189,4	100,8	447,6	3 187,9	

Директор ГАКУ – филиал

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотная еда		Зеленые овощи (салат, винегрет)	№ рецептуры
		бюджет	утилитар		
Завтрак (2х, 5-ти разовой)					
Каша молочная вязкая жидкая	200	5,7	6,8	25,7	118,7
301010		4,7	3,1	17,1	149,0
Булочка с сыром	200	2,1	3,8	15,3	108,8
Каша с молоком с сахаром	50	3,9	1,3	25,1	125,5
Батон	600	16,4	17,2	83,2	544,5
Обед (2х, 5-ти разовой)					
Омлет из сыру (яично, соевый)	60	0,5	0,1	1,0	7,6
Суп из овощей	200	1,9	2,9	12,8	99,9
Плов из пшеницы	150	14,7	23,6	28,6	333,8
Каша из смеси круп (булгур)	200	11,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,2	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	138,5
Итого за завтрак:					
	718	25,7	27,2	115,3	797,7
Полдник (5-ти разовой)					
Пирожок с яблоками	100	7,1	11,0	43,3	244,9
Сал фруктовый	200	9,6	0,2	22,9	100,9
Итого за полдник:					
	308	7,7	11,2	66,2	345,8
Ужин (5-ти разовой)					
Запеканка из творога с морковью с соусом молочный	200/50	21,0	22,6	69,4	505,4
Молоко кефирное	200	5,0	4,9	9,3	104,8
Хлеб пшеничный	50	7,7	0,3	24,3	114,8
Итого за ужин:					
	506	33,2	27,8	83,2	715,0
Ужин 2 (5-ти разовой)					
Балетный продукт (пюре)	100	1,0	4,4	7,4	64,3
Батон	30	2,3	0,9	13,0	17,7
Итого за ужин:					
	210	7,3	5,3	20,4	172,8
Всего за день:					
	189,4	100,8	447,6	3 187,9	

Директор ГАКУ – филиал





МЕНЮ

на 21 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 12.18.2017	Масса порции	Плотность энергии (ккал, Б-ти разное)		Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта-тура
		белки, г	жиры, г		
Завтрак (2х, 8-ти разное)					
Каша молочная пшеница в молоке	250	10,0	9,6	47,8	ТТК №108
Булочка с повидлом	40/10/50	4,7	7,1	41,1	ТТК №127
Виде варенье вишню	1шт	5,5	5,0	68,6	337
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №302
Итого за завтрак:	654	21,8	21,9	135,9	
Обед (3х, 5-ти разное)					
Овощи по сезону (картофель отварной)	100	2,0	0,1	4,7	ТТК №128
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,4	5,5	121,0	ТТК №46
Рыба, тушеная в томате с овощами	100/20	19,4	14,0	2,3	ТТК №78
Рис отварной	180	4,5	13,5	46,8	ТТК №69
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	10,8	707
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,3	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	ТТК № 7
Итого за pranzo обед:	980	37,5	34,9	185,4	
Полдник (5-ти разное)					
Персик печеный с карамелью	150	16,2	18,6	58,1	ТТК №123
Каша из смеси пшеницы и ячменя	200	0,2	0,1	62,3	ТТК №122
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	15,7	341
Итого за pranzo полдник:	550	20,0	19,1	106,0	
Ужин (5-ти разное)					
Овощи по сезону (пюре из овощей)	100	0,8	0,1	1,7	ТТК №4
Жаркое по-доминкански	200	14,4	29,8	27,9	ТТК №48
Каша из пшеницы	200	0,1	0,0	28,2	647
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/20	5,1/1,3	0,4/0,3	34/12,1	ТТК № 6/7
Итого за pranzo ужин:	600	22,3	30,6	74,9	
Ужин 2 (5-ти разное)					
Бисквитный продукт (кефир)	180	3,0	4,4	7,0	658
Батон	30	2,3	0,8	15,0	ТТК № 178
Итого за pranzo ужин:	215	5,3	5,3	22,0	
Всего за день:	3064	108,2	110,9	482,4	

Зав. Производства

Пример блюда, наименование блюда 7.11.2017	Масса порция	Плотность энергии (ккал, Б-ти разное)		Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта-тура
		белки, г	жиры, г		
Завтрак (2х, 8-ти разное)					
Каша молочная пшеница в молоке	200	8,2	7,2	34,0	ТТК №108
Булочка с повидлом	40/10/50	4,7	7,1	41,1	ТТК №127
Виде варенье вишню	1шт	5,5	5,0	68,6	337
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №302
Итого за завтрак:	664	18,6	19,3	158,7	
Обед (3х, 5-ти разное)					
Овощи по сезону (картофель отварной)	60	1,2	0,1	4,0	ТТК №128
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,8	4,5	42,6	ТТК №46
Рыба, тушеная в томате с овощами	90/20	17,8	11,1	2,3	ТТК №78
Рис отварной	150	5,8	12,4	38,9	ТТК №69
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,8	707
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,3	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	ТТК № 7
Итого за pranzo обед:	646	34,0	25,2	131,7	
Полдник (5-ти разное)					
Персик печеный с карамелью	150	12,1	12,4	36,1	ТТК №123
Каша из смеси пшеницы и ячменя	200	0,2	0,1	32,3	ТТК №122
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	15,7	341
Итого за pranzo полдник:	550	14,0	12,9	84,0	
Ужин (5-ти разное)					
Овощи по сезону (пюре из овощей)	100	0,8	0,1	1,7	ТТК №4
Жаркое по-доминкански	150	11,0	19,5	17,7	ТТК №48
Каша из пшеницы	200	0,1	0,0	28,2	647
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,3	ТТК № 6
Итого за pranzo ужин:	500	15,6	19,8	52,4	
Ужин 2 (5-ти разное)					
Бисквитный продукт (кефир)	180	3,0	4,4	7,0	658
Батон	30	2,3	0,8	15,0	ТТК № 178
Итого за pranzo ужин:	215	5,3	5,3	22,0	
Всего за день:	3064	108,2	110,9	482,4	

Директор ЦОХ Г.Павлова



МЕНЮ

на 22 марта 2024г.

Пример блюда, наименования блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки	Жиры		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каши овсяные молочная каша	200	12,0	13,3	47,2	ТТК №101
Булочки с сыром	30/10/10	4,1	5,1	17,1	ТТК №200
Каша из ячменя	200	0,4	0,1	33,2	844
Буррито с курицей	200	0,8	0,8	10,0	318
Итого за завтрак:	700	17,9	19,3	116,5	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Супчик по олову (капустный)	100	1,2	0,1	8,5	ТТК №3
Щи из свежей капусты с картошкой	200	2,0	4,3	10,0	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	90/90	13,9	21,8	19,3	286,5
Картофель отварной с маслом	180	4,0	8,8	26,9	179,0
Каша из пшеницы	200	9,1	0,1	14,2	99,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,4	28,8	116,5
Итого за обед:	800	34,3	35,6	134,6	
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок с мясом/любым	150	23,7	12,2	68,4	ТТК №145
Каша из ячменя	200	0,2	0,1	17,4	ТТК №336
Итого за полдник:	350	23,9	12,3	85,8	
Ужин (5-ти разовое)					
Лазанья с фаршем с соусом молочным (сырный)	300/50	20,3	19,0	55,8	ТТК №131
Чай с сахаром/каркаде	200	0,2	0,0	13,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,0	49,7	ТТК №6
Итого за ужин:	600	27,9	19,0	118,5	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	3,0	4,4	7,4	698
Салат	30	2,3	0,0	13,0	ТТК № 178
Итого за ужин 2:	210	7,3	5,3	22,4	
Всего за день:		116,2	91,6	476,8	2 676,4

Зав. Производством

Пример блюда, наименования блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки	Жиры		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каши овсяные молочная каша	200	9,3	9,0	35,8	ТТК №101
Булочки с сыром	30/10/10	4,1	5,1	17,1	ТТК №200
Каша из ячменя	200	0,4	0,1	33,2	844
Буррито с курицей	200	0,8	0,8	10,0	318
Итого за завтрак:	600	14,6	14,9	96,1	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Супчик по олову (капустный)	90	0,9	0,1	5,1	ТТК №3
Щи из свежей капусты с картошкой	200	1,6	3,6	8,0	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	90/90	14,5	19,5	17,4	281,5
Картофель отварной с маслом	150	3,8	8,1	24,9	140,2
Каша из пшеницы	200	9,1	0,1	14,2	99,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,4	28,8	116,5
Итого за обед:	800	31,1	29,9	122,4	
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок с мясом/любым	150	13,1	8,1	43,3	ТТК №145
Каша из ячменя	200	0,2	0,1	17,4	ТТК №336
Итого за полдник:	350	13,3	8,2	60,7	
Ужин (5-ти разовое)					
Лазанья с фаршем с соусом молочным (сырный)	300/50	16,9	15,8	46,3	164,2
Чай с сахаром/каркаде	200	0,2	0,0	13,0	96,0
Хлеб пшеничный	90	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за ужин:	590	20,8	16,1	63,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	3,0	4,4	7,4	698
Салат	30	2,3	0,0	13,0	ТТК № 178
Итого за ужин 2:	210	7,3	5,3	22,4	
Всего за день:		90,8	74,8	409,7	2 682,4

Директор ООО «Велюра»





МІНІСТАРСТВА
Адукацыі і Навукі Рэспублікі Беларусь
Ф.П. Кулешова

МЕНЮ

на 23 марта 2024г.

Пункт меню, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность вещества		Валевая масса продукта, г	№ рецептур
		жир / г	углевод / г		
Завтрак					
Кокосово-пшеничные закусочные (пирог сдобный)	100	1,9	0,2	8,0	123,2
Сметан. натуральная	200	20,4	25,2	26,8	332,5
Булочка с маслом	4010	3,1	7,5	19,5	198,0
Кофейный напиток на молоке	200	2,7	2,7	18,5	136,2
Итого за прием пищи:	550	28,1	45,6	72,9	769,9
Обед					
Супчик по сезону (пюре, соевый)	100	0,8	0,1	1,7	12,7
Суп картофельный с бобовыми (пюре)	250	5,5	3,7	13,1	163,0
Котлеты, говяжьи, запеченные	100	15,9	22,3	21,0	303,5
Макаронные изделия отварные (рожи)	180	3,8	8,4	36,6	221,1
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,5	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	950	34,8	37,2	153,9	1 041,9
Полдник					
Пирожок пшеничный с капустой	150	18,2	21,5	22,9	402,0
Компот из черной смородины	200	0,2	0,1	17,4	69,4
Булочки сдобные	200	0,8	0,8	30,0	91,2
Итого за прием пищи:	400	19,2	22,4	109,3	622,54
Ужин					
Ороще по сезону (соевый отварной)	100	1,1	0,1	8,5	40,7
Закусочные из картофеля с рисом	200	21,6	28,3	22,4	431,8
Чай с сахаром и лимоном	200	0,9	0,0	15,2	60,0
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	2000	5,11,0	0,401,3	34,02,3	164,839,4
Итого за прием пищи:	600	30,6	27,9	105,4	772,7
Ужин 2					
Булочка с повидлом	2015	1,6	6,1	19,2	82,4
Молоко ультрафиолетовое	180	3,1	4,4	8,4	94,3
Итого за прием пищи:	215	6,7	4,5	27,6	176,7
Всего за день:		118,5	135,8	468,2	5 344,7

Лис (принимает)

Пункт меню, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность вещества		Валевая масса продукта, г	№ рецептур
		жир / г	углевод / г		
Завтрак					
Кокосово-пшеничные закусочные (пирог сдобный)	100	1,9	0,2	8,0	123,2
Сметан. натуральная	150	15,3	18,9	19,9	249,4
Булочка с маслом	4010	3,1	7,5	19,0	138,0
Кофейный напиток на молоке	200	2,7	2,7	18,5	136,2
Итого за прием пищи:	600	23,0	29,3	65,1	496,8
Обед					
Супчик по сезону (пюре, соевый)	60	0,5	0,1	1,0	7,6
Суп картофельный с бобовыми (пюре)	200	4,4	4,7	16,2	170,4
Котлеты, говяжьи, запеченные	90	9,7	13,0	18,7	240,8
Макаронные изделия отварные (рожи)	100	3,6	7,4	26,2	184,3
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	820	26,8	28,2	136,5	904,6
Полдник					
Пирожок пшеничный с капустой	100	18,2	18,3	22,9	308,0
Компот из черной смородины	200	0,2	0,1	17,4	69,4
Булочки сдобные	200	0,8	0,8	30,0	91,2
Итого за прием пищи:	500	14,8	15,06	85,02	469,24
Ужин					
Ороще по сезону (соевый отварной)	100	1,1	0,1	8,5	40,7
Закусочные из картофеля с рисом	150	16,1	19,4	21,2	215,7
Чай с сахаром и лимоном	200	0,9	0,0	15,2	60,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:	600	21,2	19,6	71,2	551,2
Ужин 2					
Булочка с повидлом	2015	1,6	6,1	19,2	82,4
Молоко ультрафиолетовое	180	3,1	4,4	8,4	94,3
Итого за прием пищи:	215	6,7	4,5	27,6	176,7
Всего за день:		121,4	108,8	346,1	2 768,5



Лис (принимает)

МЕНЮ
 на 24 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Планируемое количество		Запланированная стоимость, руб.	№ рецептуры
		Кол-во	Стоимость		
Завтрак					
Каша овсяная молочная из джема и льна Джем из малины	200	11,1	16,9	41,0	275,5
Булочка с сыром	300/100	4,7	8,1	17,1	140,9
Чай с молоком и с сахаром	200	2,7	1,4	12,4	66,9
Батон	80	4,6	1,8	30,1	118,4
Итого за завтрак:	800	23,1	25,2	109,6	647,7
Обед					
Суповая тарелка (пюре из овощей)	100	1,1	0,6	2,3	15,9
Суп из овощей	250	2,9	2,9	14,0	123,9
Гарнир (1-й вариант) с соусом	100/30	11,6	18,2	19,2	224,8
Блюдо горячее из мяса	180	7,4	8,9	32,5	175,5
Сок фруктовый	200	3,0	0,2	13,6	83,4
Хлеб пшеничный	50	3,3	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	138,5
Итого за обед:	960	31,6	31,1	142,7	874,2
Полдние					
Булочка домашняя	100	17,1	21,0	60,3	418,8
Компот из апельсинов	200	0,4	0,1	22,2	94,9
Итого за полдние:	300	18,6	21,0	86,8	512,8
Ужин					
Закуска рисовая с творогом с соусом молочным (салатом)	250/50	16,4	19,6	62,9	443,5
Каша из пшена	200	0,1	0,0	28,2	110,2
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,1	229,7
Итого за ужин:	600	23,9	20,2	139,8	787,5
Итого за день:					
		102,7	102,7	514,4	3 037,7

Зав. Производства

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Планируемое количество		Запланированная стоимость, руб.	№ рецептуры
		Кол-во	Стоимость		
Завтрак					
Каша овсяная молочная из джема и льна Джем из малины	200	8,7	13,7	28,4	118,103
Булочка с сыром	300/100	4,7	8,1	17,1	140,9
Чай с молоком и с сахаром	200	2,7	1,4	12,4	66,9
Батон	80	3,9	1,5	25,1	129,5
Итого за завтрак:	800	20,0	21,7	83,9	556,9
Обед					
Суповая тарелка (пюре из овощей)	100	0,6	0,6	1,4	8,2
Суп из овощей	200	7,0	2,4	12,8	99,0
Гарнир (1-й вариант) с соусом	100/30	10,6	10,8	17,3	208,9
Блюдо горячее из мяса	180	4,2	2,4	27,0	146,3
Сок фруктовый	200	6,0	0,0	32,6	131,4
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	138,5
Итого за обед:	950	29,1	27,7	140,7	847,8
Полдние					
Булочка домашняя	100	11,8	14,0	46,2	279,2
Компот из апельсинов	200	0,4	0,1	25,2	94,9
Итого за полдние:	300	13,2	14,1	71,4	374,2
Ужин					
Закуска рисовая с творогом с соусом молочным (салатом)	250/50	13,9	16,3	51,9	372,9
Каша из пшена	200	0,1	0,0	28,2	110,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за ужин:	600	17,7	16,6	86,4	598,0
Итого за день:					
		102,7	102,7	514,4	3 037,7

Зав. Производства





МЕНЮ

на 25 марта 2024г.

Пример пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Жиры	Углеводы		
Заправка (2х, 5-ти разовое)	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
Рисово-картофельное пюре	100	1,5	0,3	68,6	377
Каша молочная манная вареная с маслом	200	3,7	25,7	178,7	ТТК №83
Каша с яблоком и сахаром	200	3,1	13,3	108,4	ТТК №105
Хлеб пшеничный	80	4,5	0,4	137,8	ТТК №1
Итого за прием пищи:	524	17,8	39,2	493,5	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Салат из овощей (картофель вареный)	80	0,9	0,1	24,0	ТТК №3
Суп картофельный с овощами (пюре)	200	4,4	9,7	116,4	ТТК №43
Рыба, тушенная в томате с овощами	80/90	17,9	11,1	119,5	ТТК №78
Рис отварной	150	3,8	0,4	203,1	ТТК №65
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	84,9	ТТК №53
Хлеб пшеничный	60	3,7	0,9	114,9	ТТК №6
Хлеб пшеничный	60	3,2	0,4	96,9	ТТК №7
Итого за прием пищи:	830	34,3	29,6	693,3	
Полдник (5-ти разовое)					
Пюре из овощей с картофелем	100	32,1	12,4	303,6	ТТК №421
Бурый рисовый	200	0,8	0,8	91,2	338
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	69,5	ТТК №54
Итого за прием пищи:	600	13	13,2	464,5	
Ужин (5-ти разовое)					
Фрикадельки мясные в соусе	80/90	16,3	19,5	281,5	ТТК №80
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	3,8	7,8	184,9	ТТК №178
Чай с сахаром, ванилином, лимоником, медом, лимонным	200	0,2	0,0	88,0	ТТК №102
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	68,9	ТТК №6
Итого за прием пищи:	600	22,5	27,3	592,7	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	3,0	4,4	92,5	698
Салат овощной	5	0,0	0,0	4,0	19,4
Батон	30	2,1	0,9	15,0	77,7
Итого за прием пищи:	215	7,8	5,3	179,2	
Всего за день:	2113	198,7	416,8	2 109,4	

Директор СВ НИИ питания



Пример пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Жиры	Углеводы		
Заправка (2х, 5-ти разовое)	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
Рисово-картофельное пюре	100	1,5	0,3	68,6	377
Каша молочная манная вареная с маслом	200	3,7	0,1	211,4	ТТК №83
Каша с яблоком и сахаром	200	2,9	1,8	108,4	ТТК №105
Хлеб пшеничный	70	3,3	0,4	162,8	ТТК №1
Итого за прием пищи:	674	19,8	28,4	562,7	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Салат из овощей (картофель вареный)	80	1,5	0,2	40,7	ТТК №1
Суп картофельный с овощами (пюре)	250	3,5	5,7	103,9	ТТК №43
Рыба, тушенная в томате с овощами	100/90	19,4	14,0	128,1	ТТК №78
Рис отварной	180	4,3	13,3	323,9	ТТК №65
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	84,9	ТТК №53
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,1	24,3	ТТК №6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,8	98,8	ТТК №7
Итого за прием пищи:	900	35,5	34,2	796,4	
Полдник (5-ти разовое)					
Пюре из овощей с картофелем	100	19,2	28,6	455,9	ТТК №421
Бурый рисовый	200	0,8	0,8	91,2	338
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	69,5	ТТК №54
Итого за прием пищи:	500	19,1	29,4	616,6	
Ужин (5-ти разовое)					
Фрикадельки мясные в соусе	100/90	17,9	21,0	276,5	ТТК №80
Макаронные изделия отварные (рожки)	200	4,2	9,2	245,7	ТТК №178
Чай с сахаром, ванилином, лимоником, медом, лимонным	200	0,2	0,0	88,0	ТТК №102
Хлеб пшеничный	70	3,3	0,4	162,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	670	25,4	30,7	762,9	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	3,0	4,4	92,5	698
Салат овощной	5	0,0	0,0	4,0	19,4
Батон	30	2,1	0,9	15,0	77,7
Итого за прием пищи:	215	7,8	5,3	179,2	
Всего за день:	2113	198,7	416,8	2 109,4	

Директор СВ НИИ питания

МЕНЮ

от 26 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 12.18 лет	Масса порция	Полное количество		Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
		белки г	жиры г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша овсяная молочная рисовая	250	6,3	9,1	247,3	ТТК №102
Булочка с сыром	30/10/10	4,7	3,1	149,9	ТТК №300
Корфейный напиток на молоке	200	2,7	2,7	136,2	ТТК №304
Батон	60	4,4	1,8	155,4	ТТК №178
Итого за прием пищи:	560	18,1	18,7	638,8	
Обед (3х, 5-ти разовое)					
Консервы овощные заправочные (пюре кабачковая)	100	1,6	6,2	63,4	101
Суп из овощей	250	2,3	2,9	123,8	ТТК №205
Котлеты, говяжьи, заморозка	100	13,9	22,3	303,3	ТТК №1
Картофельное пюре с маслом	100	3,0	5,2	274,4	ТТК №136
Компот из яблок	200	0,4	0,1	88,5	ТТК №31
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,5	ТТК №6
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	ТТК №7
Итого за прием пищи:	550	33,7	40,6	1470	1065,1
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок с яблоками	100	10,7	16,5	360,0	ТТК №140
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	303
Итого за прием пищи:	300	11,7	16,7	379,6	
Ужин (5-ти разовое)					
Паштетик с пшеном с соусом молочным (сырный)	210/50	23,0	19,3	624	ТТК №154
Чай с сахаром и лимон	200/150	0,3	0,0	13,2	ТТК №301
Хлеб пшеничный	50	3,9	0,3	36,9	ТТК №6
Итого за прием пищи:	600	28,2	20,3	716,6	794,7
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Вегетарианский продукт (рыбный)	100	5,0	4,4	14,3	698
Батон	60	2,3	0,9	13,0	ТТК №178
Итого за прием пищи:	160	7,3	5,3	27,3	
Всего за день:	3010	99,3	101,4	3407,4	

Зав. Производства

Пример блюда, наименование блюда 7-13 лет	Масса порция	Полное количество		Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
		белки г	жиры г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша овсяная молочная рисовая	200	5,0	7,3	21,9	ТТК №102
Булочка с сыром	30/10/10	4,7	3,1	17,1	ТТК №300
Корфейный напиток на молоке	200	2,7	2,7	18,5	ТТК №304
Батон	50	3,9	1,5	25,1	ТТК №178
Итого за прием пищи:	330	16,3	13,6	82,6	
Обед (3х, 5-ти разовое)					
Консервы овощные заправочные (пюре кабачковая)	60	1,2	4,8	37,9	101
Суп из овощей	200	1,9	2,4	12,8	ТТК №205
Котлеты, говяжьи, заморозка	30	9,7	16,7	249,5	ТТК №1
Картофельное пюре с маслом	150	4,5	7,5	144,2	ТТК №136
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,3	ТТК №31
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,9	ТТК №6
Хлеб пшеничный	60	3,1	0,3	32,9	ТТК №7
Итого за прием пищи:	630	34,2	38,5	637,8	
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок с яблоками	100	11,9	17,6	453	ТТК №140
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2
Итого за прием пищи:	300	12,9	17,8	472,6	
Ужин (5-ти разовое)					
Паштетик с пшеном с соусом молочным (сырный)	200/50	16,9	13,8	463	ТТК №154
Чай с сахаром и лимон	200/150	0,3	0,0	13,2	ТТК №301
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	28,3	ТТК №6
Итого за прием пищи:	500	20,9	16,1	504,5	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Вегетарианский продукт (рыбный)	100	5,0	4,4	14,3	698
Батон	30	2,3	0,9	13,0	ТТК №178
Итого за прием пищи:	130	7,3	5,3	27,3	
Всего за день:	1330	71,7	68,7	2807,8	

Департамент СКОМ "Венгрия"



МЕНЮ

на 27 марта 2024г.

3 ДЕНЬ Привес пицца, маженица/панке Блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность выкладки		Дополнительная масса, г	№ учета туры
		Каша 1 (2х, 5-ти разовой)	Каша 2 (3-ти разовой)		
Завтрак					
Каша пшеница молочно-яичная	200	8,2	7,7	36,6	ТТК №108
Булочка с кориандром	40/10/20	4,7	7,3	51,3	ТТК №127
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	2,7	1,4	12,4	ТТК №211
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,8	398
Итого за прием пищи:	700	16,6	17,2	129,2	759,4
Обед (2х, 5-ти разовой)					
Салат по сезону (помидор соевый)	60	0,0	0,0	1,1	ТТК №27
Суп картофельный	200	2,8	2,9	9,3	ТТК №87
Котлета рубленная из говядины	90	12,9	14,3	14,4	232,6
Рис отварной	100	2,9	2,9	24,1	ТТК №151
Компот из свежих фруктов	200	0,1	0,1	14,2	ТТК №52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК №6
Хлеб ржаной	70	4,5	0,6	28,8	ТТК №7
Итого за прием пищи:	820	17,2	17,5	136,5	756,8
Полдник (3-ти разовой)					
Пирожок печеный с капустой	100	13,8	14,2	48,6	306,0
Компот из апельсинов	200	0,4	0,1	25,2	94,0
Итого за прием пищи:	300	14,2	14,3	73,8	400,6
Ужин (3-ти разовой)					
Котлета рубная Любительская	90	8,4	9,8	11,2	313,1
Каша рисовая с овощами (рисовая)	150	7,4	7,7	35,6	234,7
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	15,0	38,0
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	117,8
Итого за прием пищи:	800	20,7	17,9	91,6	587,6
Ужин 2 (3-ти разовой)					
Маженица печеный (печенье)	100	4,8	4,4	18,8	177,8
Салат	30	2,1	0,9	13,0	77,7
Итого за прием пищи:	210	7,4	5,3	33,8	215,6
Всего за день:		17,0	17,0	429,5	2 875,2



Директор ООО "Венушко"

3 ДЕНЬ Привес пицца, маженица/панке Блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность выкладки		Дополнительная масса, г	№ учета туры
		Каша 1 (2х, 5-ти разовой)	Каша 2 (3-ти разовой)		
Завтрак					
Каша пшеница молочно-яичная	250	10,5	9,6	47,9	ТТК №108
Булочка с кориандром	40/10/20	4,7	7,3	51,3	ТТК №127
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	2,7	1,4	12,4	ТТК №211
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,8	398
Итого за прием пищи:	746	18,8	18,1	130,0	849,4
Обед (2х, 5-ти разовой)					
Салат по сезону (помидор соевый)	100	1,1	0,0	2,3	ТТК №21
Суп картофельный	250	3,9	4,0	11,6	ТТК №87
Котлета рубленная из говядины	100	14,3	16,2	16,0	238,4
Рис отварной	100	3,7	3,8	28,9	ТТК №151
Компот из свежих фруктов	200	0,2	0,1	14,2	ТТК №52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК №6
Хлеб ржаной	70	4,5	0,6	28,8	ТТК №7
Итого за прием пищи:	800	21,5	24,6	116,1	822,7
Полдник (3-ти разовой)					
Пирожок печеный с капустой	100	18,2	21,3	72,9	42,0
Компот из апельсинов	200	0,4	0,1	25,2	94,0
Итого за прием пищи:	300	18,6	21,4	98,1	564,0
Ужин (3-ти разовой)					
Котлета рубная Любительская	100	11,2	10,0	12,3	378,3
Каша рисовая с овощами (рисовая)	200	10,1	10,2	47,5	299,0
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	15,0	38,0
Хлеб пшеничный / Хлеб ржаной	70/20	5,1/5,9	0,4/0,3	30/31	90/89,4
Итого за прием пищи:	600	21,5	20,2	74,9	535,9
Ужин 2 (3-ти разовой)					
Маженица печеный (печенье)	100	4,8	4,4	18,8	177,8
Салат	30	2,1	0,9	13,0	77,7
Итого за прием пищи:	210	7,4	5,3	33,8	215,6
Всего за день:		19,4	19,2	206,1	2 195,7

Э.Е. Прохоркина

МЕНЮ

на 28 марта 2024г.

Примеры блюд, наименования блюд 12-18 лет	Масса порции	Порций в блюде		Удельная энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Всего	в 1 порции		
Завтрак (2х, 5-ти разовый)					
Каша молочная с маслом и сахаром	200	7,1	9,3	30,8	ТТК №03
Яблоко запеченное с сахаром	1шт	5,5	9,0	20,3	317
Масло с маком и сахаром	200	2,1	3,8	13,1	ТТК №105
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	ТТК № 8
Итого за прием пищи:	568	19,8	18,5	80,4	561,2
Обед (2х, 5-ти разовый)					
Супчик по-сибирски (супчик соевый)	100	6,8	0,1	1,7	ТТК №4
Щи из свеклы с капустой и картофелем	250	2,0	4,3	10,8	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	100/200	17,9	21,0	19,2	206,5
Каша гречневая с маслом	180	7,4	8,9	32,3	ТТК №132
Сок фруктовый	200	0,0	0,2	19,8	307
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	880	37,9	35,4	136,2	609,8
Полдник (6-ти разовый)					
Пюре из картофеля печеный	150	22,3	12,2	68,8	476,3
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	15,7	83,4
Итого за прием пищи:	550	24,4	12,6	104,9	444,7
Ужин (6-ти разовый)					
Котлеты свиные запеченные (сметаной)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Макаронные изделия с соусом	200	10,9	22,5	48,4	453,7
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/50	5,17/5	0,40/2	34/12,3	140,8/55,4
Итого за прием пищи:	600	29,0	32,4	117,7	486,1
Ужин 2 (6-ти разовый)					
Булочки с повидлом	20/15	1,6	0,1	10,2	82,4
Молоко цельное	180	3,1	4,4	8,4	94,3
Итого за прием пищи:	215	6,7	4,5	27,6	176,7
Всего за день:		117,6	100,4	466,6	3 149,3

Зав. Производства

Примеры блюд, наименования блюд 7-11 лет	Масса порции	Порций в блюде		Удельная энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Всего	в 1 порции		
Завтрак (2х, 5-ти разовый)					
Каша молочная с маслом и сахаром	200	5,7	6,8	24,2	ТТК №03
Яблоко запеченное с сахаром	1шт	5,5	9,0	20,3	317
Масло с маком и сахаром	200	2,1	3,8	13,1	ТТК №105
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	ТТК № 8
Итого за прием пищи:	624	17,8	16,8	76,8	493,5
Обед (2х, 5-ти разовый)					
Супчик по-сибирски (супчик соевый)	60	0,5	0,1	0,9	7,4
Щи из свеклы с капустой и картофелем	200	1,6	3,0	8,0	70,4
Фрикадельки мясные в соусе	60/200	16,5	10,5	17,4	281,9
Каша гречневая с маслом	150	6,2	7,4	27,1	146,3
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,8
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	21,6	98,9
Итого за прием пищи:	830	33,3	26,7	130,4	652,6
Полдник (6-ти разовый)					
Пюре из картофеля печеный	100	15,1	8,1	45,6	319,5
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	15,7	83,4
Итого за прием пищи:	500	17,2	8,7	81,7	486,9
Ужин (6-ти разовый)					
Котлеты свиные запеченные (сметаной)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Макаронные изделия с соусом	150	12,0	13,9	38,0	334,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	117,8
Итого за прием пищи:	510	18,6	24,5	90,2	653,8
Ужин 2 (6-ти разовый)					
Булочки с повидлом	20/15	1,6	0,1	10,2	82,4
Молоко цельное	180	3,1	4,4	8,4	94,3
Итого за прием пищи:	215	6,7	4,5	27,6	176,7
Всего за день:		92,6	84,2	480,4	2 662,2

Директор ООО «Бирюковская птицеводческая фабрика»





МЕНЮ

на 29 марта 2024г.

Примеры блюд, наименования блюд 12-18 лет	Масса порции	Глициевые вещества		Легенда о составе	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
		Сахар	Жиры			
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Консервы овощные диетические (пюре кабачковая)	100	1,9	9,2	0,0	121,2	101
Омлет натуральный	200	20,4	25,2	24,8	332,8	ТТК №22
Каша гречневая на молоке	200	2,2	2,7	18,3	134,2	ТТК №319
Булочка с маслом	30/19	2,4	9,2	14,1	135,0	1
Хлеб пшеничный	40	2,2	0,2	14,6	84,9	ТТК №6
Итого за завтрак:	840	24,4	38,2	54,8	712,7	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Омлет по-сибирски (яичница отварная)	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128
Суп из овощей	200	1,9	2,6	12,8	90,0	ТТК №225
Тельеги (1-й вариант) с соусом	90/10	10,6	16,8	13,3	208,9	ТТК №65
Каша пшеница яловая	150	5,3	6,8	24,4	168,3	ТТК №334
Компот из яблок	200	0,4	0,1	17,2	85,3	ТТК №61
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за обед:	820	25,6	20,6	138,8	782,7	
Полдник (5-ти разовое)						
Булочка Диетическая	100	1,8	14,0	46,2	270,2	ТТК №146
Сок Фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	307
Итого за полдник:	300	2,8	14,2	65,8	359,4	
Ужин (5-ти разовое)						
Омлет по-сибирски (омлет соевый)	100	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27
Пюре картофельное с овощами	200	13,7	16,6	20,4	285,0	ТТК №66
Чай с сахаром и лимон	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,2	19,5	91,0	ТТК №6
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,1	12,3	59,4	ТТК №6
Итого за ужин:	820	19,5	17,3	68,4	504,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,6	3,4	7,6	92,5	698
Батон	30	2,3	0,8	15,6	37,7	ТТК №178
Итого за ужин вечер:	210	7,9	4,2	23,2	130,2	
Итого за день:		66,7	101,7	252,2	2 579,4	

Заг. Производство



Примеры блюд, наименования блюд 12-18 лет	Масса порции	Глициевые вещества		Легенда о составе	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
		Сахар	Жиры			
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Консервы овощные диетические (пюре кабачковая)	100	1,9	9,2	0,0	121,2	101
Омлет натуральный	200	20,4	25,2	24,8	332,8	ТТК №22
Каша гречневая на молоке	200	2,2	2,7	18,3	134,2	ТТК №319
Булочка с маслом	30/19	2,4	9,2	14,1	135,0	1
Хлеб пшеничный	40	2,2	0,2	14,6	84,9	ТТК №6
Итого за завтрак:	840	24,4	38,2	54,8	712,7	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Омлет по-сибирски (яичница отварная)	100	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128
Суп из овощей	200	1,9	2,6	12,8	90,0	ТТК №225
Тельеги (1-й вариант) с соусом	90/10	10,6	16,8	13,3	208,9	ТТК №65
Каша пшеница яловая	150	5,3	6,8	24,4	168,3	ТТК №334
Компот из яблок	200	0,4	0,1	17,2	85,3	ТТК №61
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за обед:	820	25,6	20,6	138,8	782,7	
Полдник (5-ти разовое)						
Булочка Диетическая	100	1,8	14,0	46,2	270,2	ТТК №146
Сок Фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	307
Итого за полдник:	300	2,8	14,2	65,8	359,4	
Ужин (5-ти разовое)						
Омлет по-сибирски (омлет соевый)	100	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27
Пюре картофельное с овощами	200	13,7	16,6	20,4	285,0	ТТК №66
Чай с сахаром и лимон	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,2	19,5	91,0	ТТК №6
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,1	12,3	59,4	ТТК №6
Итого за ужин:	820	19,5	17,3	68,4	504,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,6	3,4	7,6	92,5	698
Батон	30	2,3	0,8	15,6	37,7	ТТК №178
Итого за ужин вечер:	210	7,9	4,2	23,2	130,2	
Итого за день:		66,7	101,7	252,2	2 579,4	



МЕНЮ

на 30 марта 2024г.

Примеры блюд, наименования блюд № 1-11 от 1	Масса порции	Порция изделия		Запрещенные ингредиенты, если	№ рецепта
		масса, г	штук/шт.		
Завтрак					
Каша молочная манная вязкая	200	8,2	1,1	31,0	ТТК №108
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	3,1	17,1	ТТК №380
Чай с молоком и с сахаром	200	2,1	1,8	12,8	ТТК №303
Батон	50	3,9	3,3	23,1	ТТК № 178
Итого за завтрак:	550	19,8	15,7	92,6	676,3
Обед					
Омлет по-польски (запекать в духовке)	80	8,0	0,3	8,1	ТТК №3
Суп картофельный с мясными изделиями	200	1,9	4,3	12,6	ТТК №46
Котлеты рубленые из птицы	90	12,6	14,6	14,4	ТТК №62
Картофель отварной с маслом	150	3,8	6,3	24,0	ТТК №133
Компот из свежих плодов	200	8,1	8,1	14,2	ТТК №12
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	ТТК № 7
Итого за pranzo:	650	37,6	24,5	134,6	814,6
Полдние					
Пирожок с яблоком	100	1,1	11,0	45,3	ТТК №140
Компот из яблок-слив	200	0,4	8,1	25,2	ТТК №237
Итого за pranzo:	300	7,9	11,1	70,5	354,9
Ужин					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (старшим)	200/50	13,9	16,5	81,6	172,6
Чай с сахаром карамель	200	0,2	0,0	13,0	50,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	14,8
Итого за pranzo:	550	17,7	16,6	98,9	545,7
Ужин 2					
Мясные изделия продукт (колбасы)	100	3,0	4,4	7,4	94,3
Батон	30	2,3	0,9	15,0	31,7
Итого за pranzo:	210	7,2	5,2	22,4	126,0
Всего за день:		79,5	75,2	466,6	3 562,4



Зав. Производства:

Примеры блюд, наименования блюд № 12-18 от 1	Масса порции	Порция изделия		Запрещенные ингредиенты, если	№ рецепта
		масса, г	штук/шт.		
Завтрак					
Каша молочная манная вязкая с маслом	250	11,4	9,5	41,5	ТТК №108
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	3,1	17,1	ТТК №380
Чай с молоком и с сахаром	200	2,7	1,8	12,4	ТТК №303
Батон	60	4,6	1,8	30,1	ТТК № 178
Итого за завтрак:	550	23,6	17,5	107,1	777,2
Обед					
Омлет по-польски (запекать в духовке)	100	1,2	0,3	8,3	ТТК №1
Суп картофельный с мясными изделиями	250	2,4	5,4	13,7	ТТК №46
Котлеты рубленые из птицы	100	14,2	16,2	16,0	ТТК №62
Картофель отварной с маслом	180	4,6	8,6	29,5	ТТК №133
Компот из свежих плодов	200	8,1	8,1	14,2	ТТК №12
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	ТТК № 7
Итого за pranzo:	550	31,3	31,2	137,9	911,6
Полдние					
Пирожок с яблоком	150	10,7	16,5	68,0	ТТК №140
Компот из яблок-слив	200	0,4	8,1	25,2	ТТК №237
Итого за pranzo:	350	11,1	16,6	93,2	469,8
Ужин					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (старшим)	250/50	16,4	19,0	62,9	447,5
Чай с сахаром карамель	200	0,2	0,0	13,0	50,0
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,0	48,9	220,7
Итого за pranzo:	550	24,0	26,2	124,8	758,2
Ужин 2					
Мясные изделия продукт (колбасы)	100	3,0	4,4	7,4	94,3
Батон	30	2,3	0,9	15,0	31,7
Итого за pranzo:	210	7,2	5,2	22,4	126,0
Всего за день:		96,2	91,2	496,3	3 087,4



МЕНЮ

на 31 марта 2024г.

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Плотность питания		Масса порции	7 день, энергетическая ценность 12-18 лет	№ рецептур
	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак					
Какао с молоком	12,0	13,3	250	47,2	ТТК №101
Булочка с повидлом	4,7	7,9	40-10/50	9,1	ТТК №127
Какао с молоком с сахаром	2,1	3,8	200	13,9	ТТК №203
Итого за завтрак:	18,8	24,4	588	113,6	719,9
Обед					
Овощи по сезону (суп, салатный)	1,6	9,1	500	8,9	47,6 (суп) / 47,6 (салат)
Суп картофельный	3,4	2,2	250	19,4	104,0
Котлеты, картофель, лук	15,9	22,5	180	31,0	303,9
Какао с молоком	3,2	5,7	180	24,1	167,6
Компот из смеси сухофруктов	0,4	0,6	200	11,0	81,0
Хлеб пшеничный	3,7	6,3	50	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	4,5	6,9	70	28,8	138,5
Итого за обед:	36,6	36,2	958	140,3	927,2
Полденье					
Пирожок с мясным фаршем	22,7	12,2	150	69,1	478,3
Напиток лимонный	8,1	0,0	200	16,3	69,3
Фрукты свежие	0,8	0,8	200	19,8	91,7
Итого за полденье:	31,6	13	400	105,2	639
Ужин					
Овощи по сезону (свежий салат)	1,1	0,1	100	8,5	40,7
Плов из риса	14,7	23,6	200	39,0	471,3
Чай с сахаром	0,2	0,0	200	13,0	58,9
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	3,7	6,3	70/70	24,3 / 24,3	114,8 / 114,8
Итого за ужин:	20,7	30,0	600	125,6	796,7
Итого за день:					
Булочка с повидлом	4,7	3,1	30-10/10	13,1	199,9
Молоко цельное	3,1	4,4	180	8,4	94,3
Итого за завтрак:	9,4	9,5	255	21,5	244,2
Итого за день:	116,6	115,4	406,5	321,9	3 211,9

Зав. Производства:

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Плотность питания		Масса порции	7 день, энергетическая ценность 7-11 лет	№ рецептур
	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак					
Какао с молоком	9,0	9,0	200	37,8	ТТК №101
Булочка с повидлом	4,7	7,9	40-50/50	27,2	ТТК №127
Какао с молоком с сахаром	2,1	3,8	200	10,4	ТТК №203
Итого за завтрак:	15,8	20,7	400	65,4	
Обед					
Овощи по сезону (суп, салатный)	0,5	0,1	80	7,6	ТТК №4
Суп картофельный	2,8	2,9	200	24,1	ТТК №67
Котлеты, картофель, лук	9,7	15,0	80	24,5	ТТК №61
Какао с молоком	3,2	5,7	150	24,1	ТТК №101
Компот из смеси сухофруктов	0,4	0,6	200	11,0	ТТК №203
Хлеб пшеничный	3,7	6,3	50	24,3	ТТК №6
Хлеб пшеничный	4,5	6,9	70	28,8	ТТК №7
Итого за обед:	37,8	28,3	420	129,4	818,4
Полденье					
Пирожок с мясным фаршем	13,1	8,1	100	45,6	ТТК №125
Напиток лимонный	0,1	0,0	200	69,3	ТТК №104
Фрукты свежие	0,8	0,8	200	19,2	108
Итого за полденье:	14,6	8,9	400	134,1	
Ужин					
Овощи по сезону (свежий салат)	1,1	0,1	100	8,5	ТТК №5
Плов из риса	14,7	23,6	150	39,0	ТТК №67
Чай с сахаром	0,2	0,0	200	13,0	ТТК №202
Хлеб пшеничный	3,7	6,3	50	24,3	ТТК №6
Итого за ужин:	19,7	29,9	400	124,8	
Итого за день:					
Булочка с повидлом	4,7	3,1	30-10/10	13,1	ТТК №127
Молоко цельное	3,1	4,4	180	8,4	94,3
Итого за завтрак:	9,4	9,5	255	21,5	244,2
Итого за день:	87,6	88,8	416,4	2 311,2	

Директор ЦСЭП "Ванна"

