



МЕНЮ

на 14 апреля 2025г.

Пример пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плановые величины			Запрещенные продукты, код	№ рецептур
		Всего, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Рисовый отвар	1шт	7,0	7,1	0,4	97,5	337
Каша из риса с маслом	200	8,7	13,7	24,4	220,6	ТТК №103
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	39,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	20,2	137,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	524	21,2	21,2	71,6	512,9	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Морковь отварная	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №42
Тертая капуста	90	10,3	16,5	19,5	246,3	ТТК №38
Макаронные изделия отварные (рошки)	100	3,6	7,8	26,2	184,3	ТТК №129
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,7	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	820	28,3	29,5	140,2	926,8	
Полдник (5-ти разовое)						
Пюре из картофеля	100	12,1	12,4	30,4	300,6	ТТК №42.1
Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	164,8	697
Итого за прием пищи:	300	17,7	17,3	45,7	465,4	
Ужин (5-ти разовое)						
Овощи по сезону (пюре)	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4
Жареное мясо	150	11,0	19,5	17,7	286,6	ТТК №48
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,3	43,3	ТТК №54.0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	510	15,8	20,0	54,0	457,4	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	3,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	50	2,5	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	215	7,5	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:		99,2	90,3	335,0	3 473,7	

Пример пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плановые величины			Запрещенные продукты, код	№ рецептур
		Всего, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Рисовый отвар	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337
Каша из риса с маслом	200	11,1	16,9	41,0	275,5	ТТК №103
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	39,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	70	5,3	0,4	34,0	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	584	24,2	24,4	96,4	591,8	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Морковь отварная	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,5	5,7	19,1	161,0	ТТК №42
Тертая капуста	100	10,6	18,1	25,9	273,7	ТТК №38
Макаронные изделия отварные (рошки)	200	4,7	9,3	34,9	248,7	ТТК №128
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	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:	978	31,4	34,2	161,2	1 858,2	
Полдник (5-ти разовое)						
Пюре из картофеля	150	18,2	18,6	54,1	450,9	ТТК №42.1
Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	164,8	697
Итого за прием пищи:	350	23,8	23,5	63,4	615,7	
Ужин (5-ти разовое)						
Овощи по сезону (пюре)	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4
Жареное мясо	200	14,4	29,8	22,9	366,9	ТТК №48
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,3	43,3	ТТК №54.0
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,3	220,3	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	618	22,9	30,6	83,6	652,8	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	3,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	50	2,5	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	215	7,5	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:		106,7	118,6	420,6	3 028,6	

Директор ООО "Восток"

na 15 aneur 2025r.

ITabcoction 0000 "Isueta":

Защ. Прокладывание.

Примеры питания, комбинированные блюда 13-18 лет	Масса порции	Плотность энергии (ккал/100 г)		Энергетическая ценность	№ рецепта-курсы
		Всего, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 6-ти разовое)					
Суп молочный с макаронами и картофелем	200	13,1	12,9	29,6	ТТК №45
Бутерброд с повидлом	40/10/50	4,7	7,3	31,1	ТТК №127
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №302
Итого за прием пищи:	600	18,0	19,9	95,7	560,8
Обед (3х, 6-ти разовое)					
Овощи по сезону (капуста квашеная)	100	1,5	0,1	8,3	ТТК №3
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	4,3	10,0	ТТК №47
Котлеты рубленые из птицы	100	14,5	16,2	16,0	ТТК №602
Каша рисовая с овощами	180	9,1	14,5	42,8	ТТК №180
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	ТТК №52
Хлеб пшеничный	50	1,7	0,3	24,3	ТТК №6
Хлеб пеклеварный	70	4,5	0,6	28,8	ТТК №7
Итого за прием пищи:	950	35,4	34,1	144,6	996,8
Полдник (6-ти разовое)					
Пирожок печеный с капустой	150	18,2	21,3	72,9	ТТК №138
Чай с сахаром и лимонном	200	0,3	0,0	15,2	ТТК №101
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	338
Итого за прием пищи:	550	19,3	22,1	107,1	614,1
Ужин (6-ти разовое)					
Овощи по сезону (свежая отварная)	100	1,1	0,1	8,5	ТТК №3
капуста рубленая Любительская	100	1,2	12,6	12,3	ТТК №63
Пюре картофельное	190	5,0	5,2	27,4	ТТК №136
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	ТТК №6
Итого за прием пищи:	650	32,5	37,7	97,2	614,7
Ужин 2 (6-ти разовое)					
Ястномолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,8	698
Батон	30	2,3	0,9	15,8	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	23,6	170,2
Итого за день:		102,5	101,6	466,5	2 956,3

МЕНЮ

на 16 апреля 2025г.

10 день Праздник Пасхи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Полное количество блюда в пачке, г	Жир, г	Углеводы, г	Запрещенные ингредиенты, нет	№ рецепта-уника
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная манная жидкая	200	6,5	0,2	25,7	178,7	ТТК №33
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380
Чай с сахаром и лимон	200	0,3	0,0	13,2	60,0	ТТК №301
Батон	50	3,0	1,5	24,1	129,2	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	860	15,4	15,8	84,1	518,1	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурцы, соевый)	80	0,5	0,1	1,0	7,0	ТТК №4
Суп из овощей	200	1,9	2,0	12,8	99,0	ТТК №205
Плов из риса	150	16,8	26,5	28,0	353,8	ТТК №67
Компот из фруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №33
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,0	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	750	27,8	30,1	115,3	797,7	
Полдник (5-ти разовое)						
Персик с яблоками	100	7,1	11,0	45,1	204,9	ТТК №140
Сок фруктовый	200	0,0	0,2	22,0	100,0	307
Итого за прием пищи:	300	7,1	11,2	68,2	305,8	
Ужин (5-ти разовое)						
Запеканка из творога с морозом с соусом молочным	200/50	21,0	22,8	49,0	505,4	ТТК №152
Чай черный с лимоном	200	0,3	0,0	10,2	40,0	ТТК №547
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	500	27,0	23,0	84,1	660,2	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	608
Батон	30	2,3	0,0	13,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	4,4	20,0	170,2	
Всего за день:		86,1	85,4	372,7	2 515,0	

Директор ООО "Волар":

10 день Праздник Пасхи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Полное количество блюда в пачке, г	Жир, г	Углеводы, г	Запрещенные ингредиенты, нет	№ рецепта-уника
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная манная жидкая	200	9,1	11,0	30,8	228,0	ТТК №33
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380
Чай с сахаром и лимон	200	0,3	0,0	13,2	60,0	ТТК №301
Батон	50	3,0	1,5	24,1	129,2	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	860	16,8	18,0	85,2	567,4	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурцы, соевый)	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4
Суп из овощей	250	2,3	2,0	16,0	125,8	ТТК №205
Плов из риса	200	21,8	31,5	37,2	471,7	ТТК №67
Компот из фруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №33
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,0	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	870	33,5	35,4	128,4	945,5	У
Полдник (5-ти разовое)						
Персик с яблоками	150	10,7	16,5	68,0	307,0	ТТК №140
Сок фруктовый	200	0,0	0,2	22,0	100,0	307
Итого за прием пищи:	350	11,2	16,7	90,0	408,2	
Ужин (5-ти разовое)						
Запеканка из творога с морозом с соусом молочным	250/50	28,7	27,2	59,0	606,5	ТТК №152
Чай черный с лимоном	200	0,3	0,0	10,2	40,0	ТТК №547
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	800	36,4	27,8	114,5	876,2	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	608
Батон	30	2,3	0,0	13,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,2	22,0	170,2	
Всего за день:		166,5	105,8	448,0	3 965,5	

Зав. Производством:

Исполнительный директор ООО «ИП»
Е.Е. Ковалев

МЕ Н Ю

Примеры блюд, рекомендуемые блюда 7-15 лет	Масса порции	Плановые показатели			Зарегистрированная масса, г	№ рецепта-курсы
		Белок, г	Жир, г	Углеводы, г		
Завтрак (3-х, 6-ти разовое)						
Каша пшеница молочная вареная	200	10,4	9,2	18,0	324,0	ТТК №108
Булочка с повидлом	40/10/50	4,7	7,3	31,3	277,3	ТТК №127
Ябло вареное с сахаром	1шт	7,9	3,1	0,4	93,5	337
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Итого за примерный завтрак:	864	23,2	21,6	104,5	756,8	
Обед (3-х, 6-ти разовое)						
Суп куриный (картофель отварной)	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128
Суп картофельный с мясорубочными котлетами	200	1,9	4,9	12,9	99,8	ТТК №46
Рыбный суп-карри	120	13,9	12,0	0,7	143,3	ТТК №679
Рис отварной	150	3,8	12,4	38,0	281,3	ТТК №60
Компот из свежих яблок	250	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб багетный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за примерный обед:	810	29,1	30,6	129,5	859,9	
Полуживотное (5-ти разовое)						
Пюре картофельное с картошкой	150	12,1	12,4	36,4	300,8	ТТК №421
Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
Итого за примерный полуживотное:	800	13,8	13,4	73,1	472,3	
Ужин (5-ти разовое)						
Овощи по сезону (супермаркет)	100	0,8	0,1	1,7	12,1	ТТК №4
Жареное картофельное	150	11,0	19,5	13,7	286,8	ТТК №88
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №243
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за примерный ужин:	800	15,7	19,9	54,7	472,1	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Картофельный продукт (картофель)	180	3,0	4,4	7,0	92,8	608
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,3	ТТК № 178
Итого за примерный ужин 2:	210	5,3	5,3	22,0	170,1	
Итого за день:		89,1	92,8	387,7	2 791,1	

[illegible]

Эта. Типичная. Ситуация:

МЕНЮ

на 18 апреля 2025г.

12 день. Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность вещества		Дополнительная информация, нет	№ рецептур
		Белок, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша овсяная молочная вязкая	200	10,3	0,0	37,8	ТТК №101
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	ТТК №180
Чай с сахаром и лимонем	200	0,3	0,0	15,2	ТТК №101
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	318
Итого за прием пищи:	699	16,3	15,8	89,1	968,5
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (капуста квашеная)	50	0,0	0,1	5,1	ТТК №3
Шницель свиной с картошкой	200	1,6	3,0	8,0	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	50/30	16,3	19,5	17,8	ТТК №60
Каша гречневая вязкая	150	6,2	7,4	27,1	ТТК №152
Сок фруктовый	180	0,0	0,2	17,7	707
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Хлеб пеклепшый	70	4,5	0,0	28,8	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	660	34,3	31,3	118,4	873,2
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок с мясной начинкой	100	15,1	11,6	45,6	ТТК №145
Чай черный с лимоном	200	0,3	0,1	10,3	ТТК №349
Итого за прием пищи:	300	15,4	11,7	55,9	362,8
Ужин (5-ти разовое)					
Дальшевик с творогом с соусом молочным (сладкий)	200/50	16,9	15,8	40,5	ТТК №154
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	400	20,8	16,1	59,8	537,8
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,8	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,7	22,0	170,2
Всего за день:		84,1	79,2	361,2	2 811,7

Директор ООО "Витре" _____

Пример пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность вещества		Дополнительная информация, нет	№ рецептур
		Белок, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша овсяная молочная вязкая	200	13,1	13,3	47,2	ТТК №101
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	149,9	ТТК №380
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	13,2	ТТК №201
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	318
Итого за прием пищи:	700	18,9	19,3	98,5	635,3
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (капуста квашеная)	50	1,5	0,1	8,5	ТТК №3
Шницель свиной с картофелем	250	2,0	4,3	10,0	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	21,0	19,3	ТТК №60
Каша гречневая вязкая	180	7,4	8,6	32,5	ТТК №152
Сок фруктовый	180	0,0	0,2	17,7	707
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Хлеб пеклепшый	70	4,5	0,0	28,8	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	660	37,9	35,4	141,1	961,2
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок с мясной начинкой	150	22,7	12,2	68,4	ТТК №145
Чай черный с лимоном	200	0,3	0,1	10,3	ТТК №349
Итого за прием пищи:	310	23,0	12,3	78,7	522,6
Ужин (5-ти разовое)					
Дальше с творогом с соусом молочным (сладкий)	250/50	20,3	19,4	55,8	ТТК №154
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	450	27,9	20,0	119,5	724,7
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,8	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,7	22,0	170,2
Всего за день:		116,6	92,2	486,8	3 814,0

Зав. Производством: _____

МЕНЮ

на 20 апреля 2025г.

14 день. Прямые пиццы, наименования блюд 7-13 лет	Масса порции	Плановые показатели		Эксплуатационная стоимость, руб.	№ рецептур
		Батон, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каши вязкие молочные из риса и пшена с маслом	250	8,7	13,7	28,4	ТТК №103
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	3,1	17,1	ТТК №130
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №103
Батон	50	3,9	1,5	24,1	ТТК №178
Итого за прямые пиццы:	850	17,5	20,3	85,6	
Обед					
Салат по сезону (помидор острый)	60	0,6	0,0	1,6	ТТК №27
Суп из овощей	200	1,9	2,6	12,8	ТТК №205
Тефтели (1-й вариант) с соусом	60/20	10,6	16,8	17,3	ТТК №65
Каши гречневая каша	160	6,3	7,4	21,1	ТТК №132
Компот из масли	200	0,4	0,1	21,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК №6
Хлеб пеклеварный	70	4,5	0,6	28,8	ТТК №7
Итого за прямые пиццы:	850	27,9	37,8	122,2	884,2
Полдник					
Булочка домашняя	100	11,8	14,0	46,2	ТТК №146
Соус фруктовый	200	0,6	0,2	22,9	707
Итого за прямые пиццы:	300	12,4	14,2	69,1	380,3
Ужин					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (старом)	200/50	17,0	31,7	51,9	ТТК №100
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №24
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК №6
Итого за прямые пиццы:	500	21,8	32,0	91,2	545,7
Ужин 2					
Бисквитный продукт (кефир)	180	3,0	4,4	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	ТТК №178
Итого за прямые пиццы:	210	7,3	5,3	22,0	170,2
Всего за день:		86,9	85,6	401,3	2 458,3

Директор ООО "Венера" 

Зав. Производства:

Прямая пицца, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плановые показатели		Эксплуатационная стоимость, руб.	№ рецептур
		Время, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каши вязкие молочные из риса и пшена с маслом	250	11,1	14,9	41,0	ТТК №103
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	ТТК №130
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №103
Батон	60	4,6	1,8	30,3	ТТК №178
Итого за прямые пиццы:	860	20,6	21,8	103,2	638,9
Обед					
Салат по сезону (помидор соевый)	100	1,1	0,0	2,3	ТТК №27
Суп из овощей	250	2,3	2,9	16,0	ТТК №205
Тефтели (1-й вариант) с соусом	100/20	12,5	18,7	19,2	ТТК №65
Каши гречневая каша	160	7,4	8,9	32,8	ТТК №132
Компот из масли	200	0,4	0,1	21,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК №6
Хлеб пеклеварный	70	4,5	0,6	28,8	ТТК №7
Итого за прямые пиццы:	900	31,9	37,5	144,6	879,3
Полдник					
Булочка домашняя	150	17,7	21,0	69,3	ТТК №146
Соус фруктовый	200	0,6	0,2	22,9	707
Итого за прямые пиццы:	350	18,3	21,2	92,2	519,7
Ужин					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (слизалин)	250/50	21,5	26,0	62,9	ТТК №100
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №24
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	ТТК №6
Итого за прямые пиццы:	600	29,1	26,6	126,6	735,2
Ужин 2					
Бисквитный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	ТТК №178
Итого за прямые пиццы:	210	7,3	5,3	22,0	170,2
Всего за день:		107,2	108,4	488,6	2 943,3