

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

Согласовано:

директор *Васильев В. В.*

Примерное двухнедельное меню с 03.02.2025 "Обед" для детей 12 лет и старше 2 смена
на II полугод. 2024-2025 уч. год (дотация, родительская оплата 192 руб. 84 коп.)

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|------------------------|--|------------|--------------|--------------|------------------|---------------|
| | | | всего | всего | | |
| Неделя 1 день 1 | | | | | | |
| 138/1994 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 5,54 | 5,93 | 20,78 | 164,06 |
| 25/8 | Шницель из мяса с отрубями | 100 | 10,64 | 16,02 | 12,96 | 249,03 |
| тк 462 | Булгур с овощами | 180 | 6,36 | 6,57 | 38,87 | 220,73 |
| тк 289 | Компот из кураги и изюма | 200 | 0,72 | 0,03 | 21,09 | 88,19 |
| - | Батон с отрубями | 25 | 2,00 | 0,87 | 11,75 | 65,63 |
| - | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 96,69 |
| - | Фрукт | 100 | 0,40 | 0,00 | 11,60 | 48,68 |
| Итого | | | 28,96 | 30,02 | 133,75 | 933,00 |
| Неделя 1 день 2 | | | | | | |
| | | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| тк 245 | Овощная подгарнировка | 20 | 0,21 | 0,04 | 0,75 | 5,08 |
| 110/1994 | Борщ со сметаной | 250 | 6,60 | 10,15 | 29,58 | 189,96 |
| 43/2003 | Суфле "Рыбка" | 100 | 11,29 | 13,70 | 16,79 | 198,00 |
| 472/1994 | Картофельное пюре | 180 | 3,72 | 5,39 | 24,11 | 159,09 |
| 705/2004 | Напиток из шиповника | 200 | 0,00 | 0,00 | 13,10 | 56,00 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | 45 | 2,97 | 0,28 | 21,03 | 100,75 |
| - | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 96,69 |
| Итого | | | 28,09 | 30,16 | 122,06 | 817,57 |
| Неделя 1 день 3 | | | | | | |
| | | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| 129/1994 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 250 | 3,10 | 6,60 | 19,24 | 124,38 |
| тк 466 | Чиполлетти из мяса | 100 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 221,17 |
| 276/94 | Макаронные изделия с сыром | 180 | 6,36 | 6,56 | 39,86 | 214,12 |
| тк 418 | Компот из яблок с сухофруктами | 200 | 0,10 | 0,00 | 17,10 | 69,00 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | 45 | 2,97 | 0,28 | 21,03 | 100,75 |
| - | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 96,69 |
| - | Фрукт | 100 | 0,40 | 0,00 | 11,60 | 48,68 |
| Итого | | | 27,12 | 27,60 | 135,27 | 874,79 |
| Неделя 1 день 4 | | | | | | |
| | | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| 120/1994 | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 | 3,35 | 4,30 | 16,20 | 230,00 |
| тк 510 | Мясо птицы по - строгановски | 100 | 13,75 | 6,39 | 7,74 | 177,70 |
| тк 358 | Рис "Золотистый" (с куркумой) | 180 | 4,17 | 8,16 | 36,90 | 218,21 |
| 638/1994 | Компот из кураги | 200 | 1,02 | 0,06 | 19,76 | 87,60 |
| - | Батон с отрубями | 25 | 2,00 | 0,87 | 11,75 | 65,63 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,30 | 8,35 | 48,35 |
| - | Мучное изделие | 50 | 2,90 | 9,90 | 23,40 | 67,50 |
| Итого | | | 28,84 | 29,98 | 124,10 | 894,98 |
| Неделя 1 день 5 | | | | | | |
| | | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| тк 245 | Овощная подгарнировка | 20 | 0,21 | 0,04 | 0,75 | 5,08 |
| 139/1994 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 7,59 | 8,95 | 19,31 | 163,27 |
| тк 467 | Азу из мяса по - домашнему | 100 | 10,60 | 12,40 | 12,90 | 216,00 |
| 40/3 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 180 | 7,89 | 6,37 | 34,51 | 208,10 |
| тк 270 | Компот "Здоровье" из яблок с ягодами | 200 | 0,15 | 0,08 | 26,52 | 110,92 |
| - | Батон с отрубями | 25 | 2,00 | 0,87 | 11,75 | 65,63 |
| - | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 96,69 |
| - | Фрукт | 100 | 0,40 | 0,00 | 11,60 | 48,68 |
| Итого | | | 32,14 | 29,31 | 134,04 | 914,37 |

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 266592536671298867531651571396054376186336388979

Владелец Васильева Вера Владимировна

Действителен с 05.04.2024 по 05.04.2025