

Закрытое акционерное общество комбинат школьного питания «Дружба»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ЗАО КШП «Дружба»



Т.В. Солоднева

Примерное циклическое меню рационов 2-х разового питания (завтрак, обед, полдник) обучающихся в период летних оздоровительных лагерей с пребыванием детей при МБУ г.о. Тольятти

г.о. Тольятти



Директор ИБЧ, Никола Н 14
И.В. Захарова

Циклическое меню Площадка 2-х разовое 1 неделя
на период с 02.06.2025г. по 06.06.2025

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ
				Белки	Жиры	Угле- ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
Понедельник																		

Понедельник

Завтрак																				
Таб 24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40		0,03	0,02	10,00				16,00	9,00	11,00	2,20		
Таб 4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05	0,05	0,16	0,16	1,28	7,33	7,33	5,90	154,66	35,89	242,35	0,61		
623/96	259	Чай с сахаром	200			14,97	86,18								0,45			0,05		
ТТК	10223	Бутерброд с сыром (батон)	200/25	6,75	6,82	12,85	140,67	0,05	0,04	0,07	0,15	4,87	4,87		189,55	10,60	121,25	0,51		
			Итого:	550	14,48	14,97	74,84	498,30	0,10	0,23	0,28	11,43	12,20	12,20	5,90	360,86	55,58	374,00	3,67	6,24

Обед

14896	13735	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	250	13,68	14,85	16,13	252,83		0,24	0,10	0,11	3,31	13,59	13,38	0,30	36,84	22,48	130,59	1,43	
ТТК	20400	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное сое)	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21		0,01	0,01	10,38	0,12	0,03	0,10	9,80	4,78	10,08	0,17		
АБ4/96	18744	Каша гречневая вязкая	160	5,49	5,99	26,55	182,11	0,03	0,18	0,09			5,49							
ТТК 19.06.17	14273	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	89,70								0,60			0,06		
ТТК	17588	Мороженое НЧ ГОСТ 75гр.	75	4,10	11,60	21,60	207,20													
пп	11521	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03			2,72	2,72	2,00	18,80	19,60	62,80	1,56	
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,40	24,60	117,20		0,06	0,02			3,80			10,00	7,00	32,50	0,55	
			Итого:	885	42,13	46,48	138,92	1 142,48	0,26	0,42	0,26	13,69	25,71	16,12	2,40	92,97	140,66	367,94	6,74	11,58
			Итого:	1 435	56,61	61,45	213,76	1 640,78	0,36	0,65	0,54	25,12	37,91	29,32	8,30	453,83	198,24	742,54	10,40	17,81

Вторник

Завтрак																				
ТТК	15761	Бутерброд с мясом прессованным (изд. кул. батон)	20/25	2,10	1,13	12,85	60,99			0,03	0,01					4,75	3,25	16,25	0,30	
Таб. №24/96	10214	Десерт фруктовый (банан)	105	1,58	0,53	22,05	99,29			0,04	0,05	10,50	1,58	1,54	2,18	8,40	44,10	29,40	0,63	
ТТК	17828	Блинный Домашние с молоком сгущ.	130/15	7,57	10,87	38,11	290,57			0,01	0,03	0,18				46,51	5,15	33,18	0,03	
ТТК	13514	Чай ягодный	200	0,14	0,05	12,95	52,81			0,00	0,01	26,60	0,14			5,15	4,12	4,39	0,21	
Итого:				500	11,39	12,59	85,96	502,87		0,08	0,10	37,28	1,72	1,64	2,18	64,81	56,52	83,22	1,17	7,16

Обед

110/96	16109	Струц свежий	65	0,48	0,07	1,28	7,51		0,02	0,01	4,64	0,46	0,46	3,32	11,27	9,28	19,89	0,33		
110/96	18742	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	250	2,08	5,08	13,78	109,08	0,20	0,06	0,06	24,76	2,08	8,41	1,24	46,29	27,04	54,84	33,28		
АБ4/96	20406	Гуляш из свинины (полотка)	50/50	11,18	29,70	12,23	380,94		0,01	0,01	2,35	0,61	0,32	0,05	15,30	4,04	12,77	0,28		
АБ4/96 5160/204	1059	Макаронны отварные	150	5,05	4,29	36,02	205,29	0,02	0,09	0,03		5,65	5,61	0,77	20,27	8,72	47,78	0,90		
623/96	15340	Компот из яблок (местное)	200	0,18	0,16	28,36	115,79		0,01	0,01	4,50				7,92	4,05	4,95	1,06		
ппм	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44		
			Итого:	805	22,59	39,64	111,33	892,36	0,22	0,24	0,13	36,25	11,83	18,85	6,01	112,04	59,73	166,23	36,29	9,28
			Итого:	1 305	33,98	52,22	197,29	1 395,03	0,22	0,32	0,23	73,53	13,55	20,48	8,19	176,85	115,35	249,45	37,46	16,44

Среда

Завтрак																				
Таб №24/96	18750	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17	54,88			0,03	0,02	11,00				17,60	9,80	12,10	2,42	
Таб №25/96	12549	Бутерброд с сыром (батон в асс.)	200/20	6,97	6,53	12,99	138,61	54,60	0,01	0,06	0,15		4,87	4,87		184,80	7,35	105,00	0,21	
УБС	20410	Залезанка творожная с крошкой и соусом десертным	130/20	3,95	11,49	47,23	308,16	73,36	0,05	0,12	13,60		2,19	1,75	0,20	17,40	10,06	54,66	0,92	
623/96	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45			0,05	
Итого:			500	11,48	18,46	87,36	567,83	127,96	0,09	0,20	24,75	7,06	6,62	0,20	220,25	27,31	171,76	3,60	7,28	

Обед

13/06	18734	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	250	14,14	11,84	19,75	242,15	0,18	0,28	0,15	12,75	13,03	8,24	1,08	64,86	45,72	162,77	2,76		
ТТК	20427	Голубцы ленивые куриные с соусом томатным	50/40	6,38	9,43	5,47	132,27		0,01	0,01	1,55	0,38	0,19	0,03	3,30	2,90	5,75	0,13		
24/06	7309	Картофель запеченный	150	3,08	6,86	25,16	174,82		0,19	0,11	30,90	3,09			22,81	35,98	91,24	1,45		
64/06.609/2004	267	Напиток из лимона	200	0,14	0,02	24,43	96,46		0,01	0,00	5,40	0,14	0,14	0,32	7,12	1,92	3,52	0,17		
т.р.м	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44		
			Итого:	730	26,79	28,47	94,51	741,46	0,18	0,54	0,28	51,60	19,68	11,61	2,07	96,09	92,12	289,29	4,95	7,88
			Итого:	1 230	38,27	46,94	181,87	1 309,30	128,13	0,64	0,49	76,35	26,74	18,23	2,37	316,34	119,44	461,05	8,55	16,16

Четверг

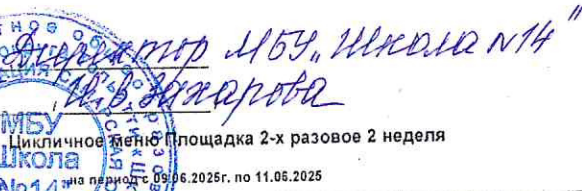
Завтрак																				
Таб №24/96	7826	Струц свежий	70	0,50	0,07	1,36	8,07			0,02	0,01	5,00	0,50	0,50	3,57	12,14	10,00	21,42	0,36	
114/96	20336	Фрикадельки из говядины с соусом томатным	50/50	8,23	10,04	7,44	152,99			0,01	0,01	1,54	0,48	0,24	0,03	4,13	3,63	7,18	0,16	
АБ4/96	18751	Спагетти (макаронные) отварные	160	6,72	7,09	43,08	283,01									9,94	0,59	2,15	0,08	
623/96	259	Чай с сахаром	200				14,97	66,18								0,45			0,05	
ТТК	20349	Печенье Хлебный спас сдобное Полезный завтрак в асс. 32гр.	32	2,36	5,28	22,08	145,28													
пп	12040	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	45,88			0,02	0,01		1,52	1,52	0,32	4,00	2,80	13,00	0,22	
			Итого:	602	19,33	22,63	95,77	682,41		0,05	0,03	6,94	2,50	2,26	3,92	36,66	17,62	43,75	0,86	8,23

Обед

Таб №24/96	6182	Помидор свежий	70	0,79	0,14	2,71	15,26		0,04	0,03	17,85	0,79	0,79	4,28	10,00	14,28	16,96	0,64	
120/96	18738	Щи из свежей капусты с картофелем на кур бульоне	250	11,35	13,26	9,68	203,45	0,20	0,11	0,13	34,68	9,68	9,41		67,08	35,05	135,18	1,65	
АБ4/96	20426	Ливиз из свинины (свин.полотка)	50/150	5,10	13,47	39,99	301,57		0,06	0,04	3,34	3,94			17,71	33,52	61,81	0,81	
АБ4/96 609/2004	1227	Напиток из апельсинов	200	0,20	0,04	25,73	104,06		0,01	0,01	13,20	0,20	0,20	0,44	8,20	2,86	5,06	0,14	
ТТК	7326	Булочка десертная (повидло)	30	2,32	2,08	18,13	104,52	0,01	0,04	0,03	0,13	2,32	2,03	0,70	14,94	4,64	27,76	0,37	
ТТК	20291	Хлеб ржаной	20	1,38	0,26	7,96	39,62		0,04	0,02		1,38	1,38	1,00	9,40	9,80	31,40	0,76	
пп	189	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		0,04	0,01		2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39	
Итого:			805	21,78	29,53	122,42	880,64	0,21	0,34	0,27	69,20	20,94	16,40	6,98	134,34	105,05	332,52	4,78	10,20
Итого:			1 407	43,11	52,16	221,19	1 532,95	0,21	0,39	0,30	76,13	23,44	18,72	10,90	164,99	122,07	376,27	5,64	18,43

Пятница

Завтрак																				
11:04	19738	Бутерброд горячий с мясом пресс.с сыром	35	6,51	6,21	10,28	123,05	0,02	0,02	0,03	0,05	1,53	1,53			61,88	4,91	48,00	0,31	
Таб №24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко)	80	0,36	0,36	10,17	45,36		0,03	0,02	9,00					14,40	8,10	9,90	1,98	
Таб №24/96	6105	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26	0,05	0,24	0,20	1,28	8,35	2,85	5,90	145,99	71,26	238,35	1,74		
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк	200																	
Итого:			530	15,22	16,39	54,57	426,67	0,07	0,29	0,25	10,33	9,88	4,38	5,90	222,27	84,27	292,26	4,03	4,55	



на период с 09.06.2025г. по 11.06.2025г.

Итого:	525	13,37	14,29	75,98	486,01	54,05	0,11	0,25	8,83	11,27	8,13	7,68	330,22	94,11	210,07	4114	2000
--------	-----	-------	-------	-------	--------	-------	------	------	------	-------	------	------	--------	-------	--------	------	------

[illegible]

Итого:	1 345	43,81	44,90	178,21	1 292,16	64,06	0,54	0,52	94,79	30,73	21,55	12,77	429,91	203,99	117,12	0,03	14,00
--------	-------	-------	-------	--------	----------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	--------	--------	--------	------	-------

Вторник

[illegible]

Итого:	545	10,62	14,81	78,80	490,12		0,10	0,06	35,57	1,16	0,33	0,04	10,00
--------	-----	-------	-------	-------	--------	--	------	------	-------	------	------	------	-------

[illegible]

Итого:	1 395	48,96	54,19	209,01	1 519,56	0,22	0,62	0,43	100,58	24,55	17,38	306,85	96,82	136,01	440,02	1,00	1,10
--------	-------	-------	-------	--------	----------	------	------	------	--------	-------	-------	--------	-------	--------	--------	------	------

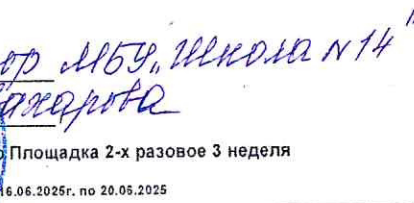
Средна

[illegible]

Итого:	525	20,85	18,22	61,31	498,92	0,04	0,22	0,19	12,08	6,28	2,15	4,44	160,10	66,67	212,33	3,61	9,17
--------	-----	-------	-------	-------	--------	------	------	------	-------	------	------	------	--------	-------	--------	------	------

[illegible]

Итого:	1 375	59,92	60,53	212,05	1 638,96	0,23	0,67	0,43	48,41	28,07	14,59	7,79	283,88	188,59	946,72	0,09	11,97
--------	-------	-------	-------	--------	----------	------	------	------	-------	-------	-------	------	--------	--------	--------	------	-------



на период с 16.06.2025г. по 20.06.2025

Итого:	545	13,64	14,77	73,02	485,07	54,65	0,18	0,25	11,41	11,14	7,71	6,88	328,59	54,71	278,00	3,30	6,09
--------	-----	-------	-------	-------	--------	-------	------	------	-------	-------	------	------	--------	-------	--------	------	------

[illegible]

Итого:	530	22,40	22,40	68,04	563,34	0,33	0,22	0,67	14,02	22,06	21,60	351,48	162,15	72,11	340,67	4,10	5,67
--------	-----	-------	-------	-------	--------	------	------	------	-------	-------	-------	--------	--------	-------	--------	------	------

[illegible]

20/25	6,75	6,92	12,85	140,87	0,05	0,04	0,97	0,15	4,87	4,87		189,55	10,60	121,25	0,51	
Unges: 505	18,70	16,35	103,10	602,34	56,48	0,12	0,21	115,15	6,83	6,58	0,70	230,10	33,08	180,47	4,12	8,55

[illegible]

	200			14,78	66,15							6,65	4,55	22,75	0,42	
	35	2,63	1,02	17,99	91,60		0,04	0,01								
thors:	505	14,21	18,78	68,15	504,61		0,26	0,14	38,63	4,09	0,19	0,03	35,57	50,49	137,56	2,32

Итого:	795	25,11	38,46	96,92	842,28	0,20	0,18	0,16	38,76	13,62	12,93	0,84	95,16	49,56	185,08	2,63	8,22
Итого:	1 300	39,32	57,22	167,07	1 346,89	0,20	0,46	0,31	77,39	17,72	13,13	0,86	130,73	100,04	322,83	4,95	13,13

35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76	0,00	0,01		0,01		0,01		5,90	174,58	47,45	270,48	3,22	6,
Усього:	575	11,43	14,88	73,15	472,26	3,81	0,22	0,22	10,28	7,34	7,33							

[illegible]