

Согласовано _____

Согласовано
Директор ЗАО КШП "Дружба"

_____/ Солоднов И. П.

Циклическое меню 2 недели

на период с 08.06.2026г. по 11.06.2026

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества						ХЕ
				Белки	Жиры	Углево- ды	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	

Понедельник

Завтрак

Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко)	80	0,32	0,32	7,84	35,52		0,02	0,02	8,00				12,80	7,20	8,80	1,76	
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	6,00	7,51	39,54	249,75	0,05	0,08	0,17	1,28	6,00	2,85	5,90	126,57	36,20	157,41	0,59	
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24	
Таб №25/96	4937	Сыр порционный	10	2,44	3,10		37,66	0,03	0,00	0,03	0,07	2,44	2,44		88,00	3,50	50,00	0,10	
Итого:			515	10,26	11,51	72,63	441,45	0,08	0,13	0,22	9,35	8,44	5,29	5,90	231,62	49,50	229,21	2,74	6,05

Обед

Таб.№24/96	6114	Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90		0,02	0,01	4,28	0,43	0,43	3,06	10,40	8,57	18,36	0,31	
139/96	18732	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне	250	11,72	10,14	21,17	222,78	0,19	0,16	0,14	18,71	10,12	9,92	1,31	44,44	35,95	145,62	1,80	
ТТК	20564	Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая с соусом томатным	75/15	10,15	21,49	13,09	286,39	3,04	0,04	0,02	0,58	1,22	0,07	0,01	14,30	9,91	25,78	12,55	
464/96	18744	Каша гречневая вязкая	180	5,49	5,99	26,55	182,11	0,02	0,18	0,09		5,49			16,83	86,80	131,98	2,97	
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с.	200	0,21	0,05	17,77	72,39		0,01	0,01	3,96	0,08			10,22	6,86	7,92	0,18	
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная	50	4,15	3,90	29,51	169,74	0,02	0,06	0,04		4,15	3,73	0,53	10,86	6,21	39,15	0,54	
пром	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:			870	35,19	41,96	128,92	1 034,07	3,27	0,52	0,32	27,53	24,53	17,20	5,55	115,05	159,90	394,81	18,78	10,74
Итого:			1 385	45,45	53,47	201,55	1 475,52	3,35	0,65	0,54	36,88	32,97	22,49	11,46	346,67	209,40	624,02	21,52	16,80

Вторник

Завтрак

Таб.№24/96	16229	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28		0,04	0,02	12,00				19,20	10,80	13,20	2,64	
ТТК	17768	Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18		0,02	0,02	9,59	5,54	5,54	300,07	26,44	9,82	16,80	77,26	
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	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24	
Итого:			565	13,26	19,45	83,62	562,61		0,08	0,06	48,19	5,68	5,54	300,07	54,59	27,34	47,39	80,35	6,97

Обед

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	
ТТК	16794	Жаркое по-домашнему из свинины	30/180	9,97	20,34	28,66	337,58		0,21	0,12	35,68	0,26			27,75	41,68	106,47	1,71	
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с.,	200	0,12	0,05	16,41	66,53								0,45			0,05	
ТТК	3147	Булочка Золотистая	50	4,18	4,19	30,19	175,19	0,01	0,07	0,05	0,21	4,18	4,16	1,45	26,80	8,29	47,99	0,51	
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62		0,04	0,02		1,36	1,36	1,00	9,40	9,80	31,40	0,78	
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28	
Итого:			755	28,88	38,30	105,20	880,97	0,21	0,46	0,33	70,57	17,37	14,94	2,45	136,48	98,32	337,29	4,97	8,77
Итого:			1 320	42,14	57,75	188,82	1 443,58	0,21	0,54	0,39	118,76	23,06	20,48	302,52	191,08	125,66	384,68	85,32	15,74

Среда

Завтрак

Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко)	70	0,28	0,28	7,91	35,28		0,02	0,01	7,00				11,20	6,30	7,70	1,54	
Таб 24/96	9931	Каша молочная пшенная с маслом	200/5	8,57	8,64	41,82	279,32	0,05	0,25	0,17	1,25	8,57	2,78	5,76	133,70	55,16	205,15	1,50	
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24	
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00		33,60												
Итого:			510	12,00	12,50	74,98	466,72	0,05	0,29	0,19	8,25	8,57	2,78	5,76	149,15	64,06	225,85	3,33	6,25

Обед

138/96	18734	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	250	14,14	11,84	19,75	242,15	0,18	0,29	0,15	12,75	13,03	8,24	1,08	54,86	45,72	162,77	2,76	
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49		0,00	0,00	0,78	0,19	0,10	0,01	1,65	1,45	2,92	0,06	
511/3/04	18747	Рис отварной	180	4,54	8,74	47,95	288,61		0,05	0,03		4,54			11,81	32,80	98,71	0,70	
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20		0,01	0,01	13,20	0,20	0,20	0,44	7,93	2,86	5,06	0,11	
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		0,03	0,01		2,28	2,28	0,48	6,00	4,20	19,50	0,33	
ПП	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57		0,05	0,02		1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	39,25	0,98	
ТТК	17568	Мороженое НЧ ГОСТ 75гр.	75	4,10	11,60	21,60	207,20												
Итого:			850	38,94	45,84	142,80	1 139,54	0,18	0,44	0,22	26,73	21,93	12,51	3,27	94,00	99,28	328,21	4,95	11,90
Итого:			1 360	50,94	58,34	217,78	1 606,26	0,23	0,73	0,40	34,98	30,50	15,29	9,03	243,15	163,34	554,06	8,27	18,15

Четверг

Завтрак

Таб.№24/96	6183	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	18,56	0,64	
Москва 2022г.	20135	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом	200	8,22	10,60	43,05	300,53	0,01	0,02	0,03	5,20	1,64	1,25	0,07	58,29	7,39	37,42	0,31	
№629/96	264	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09	
ПП	13285	Батон в ассортименте	50	3,75	1,45	25,70	130,85		0,06	0,02					9,50	6,50	32,50	0,60	
Итого:			520	12,84	12,20	86,67	507,89	0,01	0,12	0,08	26,25	2,51	2,12	4,51	81,44	29,13	90,24	1,64	7,22

Обед

Таб.№24/96	6114	Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90		0,02	0,01	4,28	0,43	0,43	3,06	10,40	8,57	18,36	0,31	
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	9,41	1,24	49,29	27,04	54,84	33,28	
403/96	20426	Плов из свинины (свин.лопатка)	50/150	14,62	35,45	39,99	537,46		0,06	0,04	3,34	3,94			17,71	33,52	91,81	0,81	
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05	
ТТК	10164	Булочка с кунжутом	50	4,31	1,17	28,26	140,81	7,14	0,07	0,03		4,31	4,11	0,58	9,25	6,53	37,48	0,52	
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20		0,06	0,02		3,80			10,00	7,00	32,50	0,55	
Итого:			810	25,24	42,15	122,76	977,63	7,34	0,27	0,16	32,38	14,55	13,96	4,88	97,10	82,65	234,99	35,51	10,23
Итого:			1 330	38,08	54,35	209,43	1 485,52	7,36	0,39	0,24	58,63	17,06	16,08	9,39	178,53	111,79	325,23	37,16	17,45