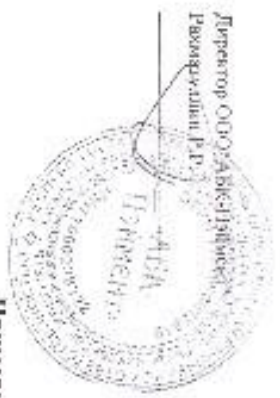


Утверждено

Директор ООО «Век» Мухомов
Романович И. Р. Д.



Составлено

О. Кусковичева, бухгалтер



Примерное недельное десятидневное меню для учащихся образовательных учреждений

1 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК

Меню дошкольного питания

Уютное утро. Варен. бутл. из св. капусты с харгтофелем, с мюслими фрэнчизедакми, со сметаной

Уютное утро. Чай с сахаром

Уютное утро. Хлеб ржаной/пшеничный

Итого:

Выходное	Белки	Жиры	Угледы	Энергетическая ценность	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
250/15/7	4,97	7,73	11,30	144,48	0,06	10,78	9,99	2,52	59,11	90,00	31,58	1,47
190/10	0,07	0,02	10,01	40	0	0,03	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
512	7,88	8,15	39,07	271,08	0,12	10,81	9,99	3,02	79,86	135,80	45,18	2,74

ВТОРНИК
Меню дошкольного питания

Уютное утро. Рагу из пшцы

Уютное утро. Чай с сахаром и лимоном

Уютное утро. Хлеб ржаной/пшеничный

Итого:

50/200	13,08	13,18	24,22	268,60	0,10	17,42	5,90	2,86	42,80	123,92	55,84	2,51
185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32	2,03	0	0,006	10,25	4,96	7,76	0,303	
20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
490	16,03	13,60	52,13	396,52	0,16	19,45	5,90	3,37	65,85	170,88	70,20	3,84

СРЕДА

Меню дополнительного питания

№ 102.103 Сбор рец. На прогн.но для обрщ. Во вежк обрац.учреж./дети 2017
Супп картофельный с горохом с мясными фрикадельками 250/15 8,48 7,03 16,65 177,65 0,24 5,90 3,00 2,52 45,90 119,23 40,40 2,28

№ 425 Сбор рец. На прогн.но для обрщ. Во вежк обрац.учреж./дети 2017
Булочка "Дорожная" 50 3,39 6,98 21,07 160,5 0,06 0 0 2,55 9,3 32,1 13,1 0,6

№ 341 Сбор рец. На прогн.но для обрщ. Во вежк обрац.учреж./дети 2017
Компот из свежемороженых фруктов 200 0,24 0,14 31,84 116 0,01 0,73 0 0 14 8,94 5,58 0,14

табл 6 стр.14.14.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012
Хлеб ржаной 20 1,32 0,24 7,92 39,60 0,03 0,00 0 0,28 5,80 30,00 9,40 0,78

Итого: 535 13,43 14,39 77,48 493,75 0,34 6,63 3,00 5,35 75,00 190,27 68,48 3,80

ЧЕТВЕРГ

Меню дополнительного питания

№ 294.Сбор рец. На прогн.но для обрщ. Во вежк обрац.учреж./дети 2017; №666. доп.пит. 2016
Котлеты из мяса кур в томатном соусе 80/20 14,12 8,4406 14,516 190,9 0,164 1,195 15,84 54,692 49,08 66,048 20,064 2,976

№ 171 Сбор рец. На прогн.но для обрщ. Во вежк обрац.учреж./дети 2017
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 180/3 10,55 4,93 47,71 276,56 0,25 0,00 11,98 0,50 29,51 249,72 168,62 5,66

ТТК
Кисель 200 0,24 0,12 35,76 145,08 0 80 0 0,18 8,2 6,42 0,96 0,28

табл 6 стр.13.14.14.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012
Хлеб ржаной/пшеничный 20/20 2,84 0,4 17,76 86,6 0,056 0 0 0,5 9,8 43 12,2 1

Итого: 523 27,75 13,89 115,75 699,14 0,47 81,20 27,82 55,87 96,59 365,19 201,85 9,91

ПЯТНИЦА

Меню дополнительного питания

№ 271 Сбор рец. На прогн.но для обрщ. Во вежк обрац.учреж./дети 2017
Котлеты домашние 90 12,21 15,51 9,11 224,40 0,15 0,22 3,08 2,55 15,16 117,61 18,08 1,91

№ 304 Сбор рец. На прогн.но для обрщ. Во вежк обрац.учреж./дети 2017
Рис отварной 180 4,38 6,45 44,02 251,64 0,03 0,34 1,64 73,13 19,6 0,63

№ 377 Сбор рец. На прогн.но для обрщ. Во вежк обрац.учреж./дети 2017
Чай с сахаром и лимоном 185/10/5 0,112 0,018 10,15 41,32 2,03 0 0,006 13,25 3,96 2,16 0,333

табл 6 стр.13.14.14.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012
Хлеб ржаной/пшеничный 20/20 2,84 0,4 17,76 86,6 0,056 0 0 0,5 9,8 43 12,2 1

Итого: 510 19,54 22,38 81,04 603,96 0,24 2,25 3,08 3,40 39,85 237,70 52,04 3,87

СУББОТА**Меню дополнительного питания**

№ 98 Сбор рец. На пропе- дио для обрм. Во всех образ.уржеж./Днем 2017	Супп крестьянский с крупной с птшцей,со сметаной	250/10/7	4,00	7,82	6,38	113,78	0,05	10,14	12,81	2,41	47,39	54,24	16,83	0,78
табл 6 стр. 136 Дзем +2012	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,50	0,04	0,00	5	1,75	14,5	45	10	1,05
ТТК составлена на основании акта проверки 2019 г. от 29.10.19	Напиток из замороженной черной смородины	200	0,2	0	24,8	102,00	0	2,4	0	0	10	2	2	0,2
табл 6 стр. 144 Хкм. Состав и калорийность российских продуктов питания/ Дзем + 2012	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
	Итого:	537	9,27	12,96	76,30	463,88	0,12	12,54	17,81	4,44	77,69	131,24	38,23	2,81
	Всего за 6 дней:	3107	93,908	85,368	441,76	2928,3	1,4475	132,87	67,599	75,446	434,83	1231,1	475,98	26,98

2 недели**ПОНЕДЕЛЬНИК****Меню дополнительного питания**

№ 280/331 Сбор рец. На пропедио для обрм. Во всех образ.уржеж./Днем 2017	Фрикадельки мясные в томатно- сметанном соусе	55/50	8,5	11,21	10,61	180,00	0,04	0,27	16,31	2,67	24,45	79,59	14,19	5,29
№ 171 Сбор рец. На пропе- дио для обрм. Во всех образ.уржеж./Днем 2017	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,524	2,76	47,676	256,80	0,252	0	0	0,468	28,788	248,82	168,62	5,652
№ 376 Сбор рец. На пропе- дио для обрм. Во всех образ.уржеж./Днем 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40	0	0,03	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
табл 6 стр. 131,134,136 Состав и калорийность российских продуктов питания/Дзем +2012	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
	Итого:	525	21,93	14,39	86,06	563,40	0,35	0,30	16,31	3,64	73,99	374,21	196,41	12,21

ВТОРНИК

Меню дополнительного питания

Пи из свежей капусты на куринном

№ 88 Сбор рец. На прогнано для общ. Во всех отделах Уржеж. Делю. 2017	250/15/10	5,83	7,42	8,35	130,59	0,07	15,90	11,00	2,46	60,41	88,40	27,60	1,16
---	-----------	------	------	------	--------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	------

Сметаной

№ 121 Сбор рец. На прогнано для общ. Во всех отделах Уржеж. Делю. 2017	Булочка	обсыпанная	50	3,64	6,26	21,96	159,00	0,06	0,00	2,00	2,33	9,90	35,00	13,70	0,65
--	---------	------------	----	------	------	-------	--------	------	------	------	------	------	-------	-------	------

Компот из свежих яблок

№ 122 Сбор рец. На прогнано для общ. Во всех отделах Уржеж. Делю. 2017	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,012	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,952
--	-----	------	------	-------	-------	-------	-----	---	------	-------	-----	------	-------

№ 123 Сбор рец. На прогнано для общ. Во всех отделах Уржеж. Делю. 2017	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
--	-------------	----	------	------	------	-------	------	------	---	------	------	-------	------	------

Итого:	540	10,95	14,08	66,11	443,79	0,17	16,80	13,00	5,15	90,29	157,80	55,84	3,54
---------------	------------	--------------	--------------	--------------	---------------	-------------	--------------	--------------	-------------	--------------	---------------	--------------	-------------

СРЕДА

Меню дополнительного питания

№ 231, 230 Сбор рец. На прогнано для общ. Во всех отделах Уржеж. Делю. 2017	Биточки рыбные в сметанном соусе	80/20	10,04	7,21	12,80	156,83	0,06	0,26	10,85	4,06	40,24	135,50	31,66	1,19
---	----------------------------------	-------	-------	------	-------	--------	------	------	-------	------	-------	--------	-------	------

№ 203 Сбор рец. На прогнано для общ. Во всех отделах Уржеж. Делю. 2017	Макаронны отварные с маслом сливочным	180/3	6,83	2,93	38,29	206,96	0,07	0,00	11,98	0,97	13,86	45,54	10,26	1,01
--	---------------------------------------	-------	------	------	-------	--------	------	------	-------	------	-------	-------	-------	------

ТТК	Кисель	200	0,24	0,12	35,76	145,08	0	80	0	0,18	8,2	6,42	0,96	0,28
-----	--------	-----	------	------	-------	--------	---	----	---	------	-----	------	------	------

№ 6 стр. 131, 141, 142, Состав и ассортимент российских продуктов питания. Делю. - 2012	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
---	-----------------------	-------	------	-----	-------	------	-------	---	---	-----	-----	----	------	---

Итого:	523	19,95	10,65	104,61	595,47	0,19	80,26	22,82	5,71	72,09	230,46	55,08	3,48
---------------	------------	--------------	--------------	---------------	---------------	-------------	--------------	--------------	-------------	--------------	---------------	--------------	-------------

ЧЕТВЕРГ

Меню дополнительного питания

ТТК акт произведен от 23.12.2019	Жаркое из птицы	50/150	17,01	15,27	41,76	373,54	0,33	52,13	29,10	3,02	57,91	230,93	81,56	3,38
----------------------------------	-----------------	--------	-------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-------	--------	-------	------

№ 370 Сбор рец. На прогнано для общ. Во всех отделах Уржеж. Делю. 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40	0	0,03	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
--	---------------	--------	------	------	-------	----	---	------	---	---	-------	-----	-----	-------

№ 6 стр. 131, 141, 142, Состав и ассортимент российских продуктов питания. Делю. - 2012	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
---	-----------------------	-------	------	-----	-------	------	-------	---	---	-----	-----	----	------	---

Итого:	440	19,92	15,69	69,53	500,14	0,38	52,16	29,10	3,52	78,66	276,73	95,16	4,64
---------------	------------	--------------	--------------	--------------	---------------	-------------	--------------	--------------	-------------	--------------	---------------	--------------	-------------

ПЯТНИЦА

Меню дополнительного питания

№ 1 Сборщик. На протяжении всего периода проведения мероприятия "Дни" 2012

Бутерброд с маслом

40 2,36 7,49 14,89 136 0,034 40 0,44 8,4 22,5 4,2 0,35

№ 11 Сборщик. На протяжении всего периода проведения мероприятия "Дни" 2012

Суп-лапша домашняя с мясом птицы

250/15 6,11 8,35 11,67 155,45 0,06 0,86 21,32 2,71 36,67 63,35 13,75 0,93

ТТК № А10 от 23.12.2010г

Напиток из апельсинов

200 0,47 0,11 24,22 102,63 0,02 31,58 0,00 0,11 18,49 12,11 6,84 0,22

№ 1 Сборщик. На протяжении всего периода проведения мероприятия "Дни" 2012

Хлеб ржаной

20 1,32 0,24 7,92 39,60 0,03 0,00 0 0,28 5,80 30,00 9,40 0,78

Итого:

525 10,3 16,2 58,7 433,7 0,1 32,4 61,3 3,5 69,4 128,0 34,2 2,3

СУББОТА

Меню дополнительного питания

№ 7 Сборщик. На протяжении всего периода проведения мероприятия "Дни" 2012

Суп картофельный с мясными фрикадельками

250/15 5,33 4,59 16,98 143,40 0,14 12,07 3,00 1,37 33,68 108,86 36,23 1,43

Печенье

50 3,75 4,9 37,2 208,50 0,04 0,00 5 1,75 14,5 45 10 1,05

Напиток из яблок

200 0,16 0,16 27,88 114,6 0,012 0,9 0 0,08 14,18 4,4 5,14 0,952

№ 3 Сборщик. На протяжении всего периода проведения мероприятия "Дни" 2012

Хлеб ржаной

30 2,00 0,36 12,00 60,00 0,05 0,00 0 0,42 8,79 45,45 14,24 1,18

Итого:

545 11,24 10,01 94,06 526,50 0,25 12,97 8,00 3,63 71,14 203,71 65,61 4,62

Всего: 3098

Всего за 12 дней: 6205

В среднем на 1 учащегося в день: 517