

Утверждаю:

Директор МБОУ

«Олуязская средняя школа»

Кукморского муниципального

района Республики Татарстан


А.М. Гарипов



Утверждаю:

Заместитель руководителя

Исполнительного комитета

Кукморского муниципального

района Республики Татарстан

-начальник Управления образования





Примерное двенадцатидневное меню (сезон - осенний)

Для организации горячего питания групп продленного дня (ГПД) для обучающихся начальных классов
общеобразовательных организаций Кукморского муниципального района на 2023 учебный год

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ ДЛЯ ГРУПП ПРОДЛЕННОГО ДНЯ

	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамины В1, мг	Витамины С, мг	Витамины А, мг	Витамины Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК)														
2008, Речь	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	40	2,9	3,7	28,8	161,7	0	0	0	0	10,4	32,4	7,2	0,6
411/2015, Дели	КИСЕЛЬ	200	0,000	0,000	25,100	221,7	0	0,000	0	0	11,700	4,500	2,000	0,000
	Итого:		2,900	3,700	53,900	383,4	0,010	0,00	0,00	0,000	22,100	36,900	9,2	0,600
2 день (ВТОРНИК)														
2008, Речь	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПРЯНИКИ)	40	2,4	1,9	30	146,4	0	0	0	0	4,4	20	3,6	0,3
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0
	Итого:		8,20	9,300	137,800	913	0,288	0,000	0,0	0,000	48,600	93,80	22,000	1,500
3 день (СРЕДА)														
1/2015, Дели	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,000	6,000	19,600	144,3	0,1	0	0,1	1,0	9,1	31,5	11,9	0,7
№ 376 Сбор.реч. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,530		9,47	40		0,270	-		13,600	22,130	11,730	0,100
	Итого:		3,530	6,00	29,1	184	0,100	0,270	21	1,000	22,700	53,630	23,630	0,800
4 день (ЧЕТВЕРГ)														
2008, Речь	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	40	2,9	3,7	28,8	161,7	0	0	0	0	10,4	32,4	7,2	0,6
№ 376 Сбор.реч. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,530		9,47	40		0,270	-		13,600	22,130	11,730	0,100
	Итого:		3,430	3,700	38,270	201,7	0,000	0,27	0,00	0,000	24,000	54,530	18,9	0,700
5 день (ПЯТНИЦА)														
2008, Речь	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПРЯНИКИ)	40	2,4	1,9	30	146,4	0	0	0	0	4,4	20	3,6	0,3
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0
	Итого:		9,26	9,300	106,540	550	0,008	0,540	0,0	0,000	52,400	129,06	41,460	1,700

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ ДЛЯ ГРУПП
ПРОДЛЕННОГО ДНЯ**

		Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорий ность, ккал	Витами н В1, мг	Витами н С, мг	Витами н А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
2-ая неделя														
1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК)														
2008, Речь	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	40	2,9	3,7	28,8	161,7	0	0	0	0	10,4	32,4	7,2	0,6
411/2015, Дел	КИСЕЛЬ	200	0,000	0,000	25,100	221,7	0	0,000	0	0	11,700	4,500	2,000	0,000
	Итого:		2,900	3,700	53,900	383,4	0,010	0,00	0,00	0,000	22,100	36,900	9,2	0,600
2 день (ВТОРНИК)														
2008, Речь	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПРЯНИКИ)	40	2,4	1,9	30	146,4	0	0	0	0	4,4	20	3,6	0,3
349/2015, Де	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0
	Итого:		8,20	9,300	137,800	913	0,288	0,000	0,0	0,000	48,600	93,80	22,000	1,500
3 день (СРЕДА)														
1/2015, Дели	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	407	3,000	6,000	19,600	144,3	0,1	0	0,1	1,0	9,1	31,5	11,9	0,7
№ 376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,530		9,47	40		0,270	-		13,600	22,130	11,730	0,100
	Итого:		3,530	6,00	29,1	184	0,100	0,270	21	1,000	22,700	53,630	23,630	0,800
4 день (ЧЕТВЕРГ)														
2008, Речь	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	40	2,9	3,7	28,8	161,7	0	0	0	0	10,4	32,4	7,2	0,6
№ 376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,530		9,47	40		0,270	-		13,600	22,130	11,730	0,100
	Итого:		3,430	3,700	38,270	201,7	0,000	0,27	0,00	0,000	24,000	54,530	18,9	0,700
5 день (ПЯТНИЦА)														
2008, Речь	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПРЯНИКИ)	40	2,4	1,9	30	146,4	0	0	0	0	4,4	20	3,6	0,3
349/2015, Де	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0
	Итого:		9,26	9,300	106,540	550	0,008	0,540	0,0	0,000	52,400	129,06	41,460	1,700