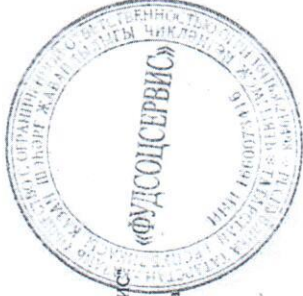




Согласовано
Руководитель общеобразовательного учреждения

И.М. Селиванова



Разработано и утверждено
Директор ООО «ФУДСОЦСЕРВИС»

Э.Р. Харламова

Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации дополнительного питания обучающихся группы продленного дня
в общеобразовательных учреждениях Республики Татарстан

Примерное циклическое двенадцатидневное меню группы продленного дня для учащихся образовательных учреждений Республики Татарстан

№ Сборника рецептов	Наименование блюд и продуктов	Выходкг	Белкикг	Жирыкг	Угл-гидкг	Энергетическая ценность, ккал	В1,мг	С,мг	А	Е,мкг	Са,мг	Р,мг	Мг,мг	Fe,мг	
															1 неделя
ПОНЕДЕЛЬНИК															
№ 10 Сбор.ред. На протяжении 6 мес. для общ. по вост. образ.учреж.-Дети 2017	Рассолник Ленинградский, с куриными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	3,51	7,16	12,96	135,95	0,10	8,50	8,98	2,39	38,15	70,19	26,07	1,05	
	ТТК	200	0,25	0,12	28,87	118,40	0,02	0,45	0,00	0,08	17,25	11,88	6,63	0,70	
Табл.6 стр.134,144,Хмн. Система и альтернативность российских продуктов питания Днев.г.2012	Компот из свежих яблок с изюмом	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17	
	Хлеб ржаной	Итого:	495	5,74	7,64	53,70	313,75	0,17	8,95	8,98	2,89	64,10	127,07	46,80	2,92
ВТОРНИК															
№ 113 Сбор.ред. На протяжении 6 мес. для общ. по вост. образ.учреж.-Дети 2017	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/10	5,65	6,10	11,62	132,55	0,05	0,74	18,32	2,67	33,91	54,90	12,70	0,84	
	ТТК составлена на основании данных протокола 2018 г. от 20.10.19	200	0,68	0,28	10,78	48,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	
Табл.6 стр.134,144,Хмн. Система и альтернативность российских продуктов питания Днев.г.2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17	
	Итого:	490	8,31	6,74	34,28	240,15	0,12	100,74	18,32	3,85	63,95	103,34	30,24	2,64	
СРЕДА															
ТТК	Шушпа с говяжьейной	250/10	5,04	8,32	18,63	173,31	0,11	5,80	21,05	1,68	34,68	95,14	28,32	1,41	
	Компот из урюка	200	0,75	0,06	27,93	116,4	0,016	0,6	0	0,826	33,22	22,8	18,16	0,48	
№ 348 Сбор.ред. На протяжении 6 мес. для общ. по вост. образ.учреж.-Дети 2017	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17	
	Итого:	490	7,77	8,74	58,44	349,11	0,18	6,40	21,05	2,92	76,60	162,94	60,58	3,06	
ЧЕТВЕРГ															
№ 115 Сбор.ред. На протяжении 6 мес. для общ. по вост. образ.учреж.-Дети 2017	Суп крестьянский с крупой (пшено) с куриными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	2,98	6,99	7,07	104,95	0,05	10,00	8,98	2,34	44,88	47,04	16,07	0,70	
	ТТК	190/10	0,07	0,02	10	40,00		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28	
Табл.6 стр.134,144,Хмн. Система и альтернативность российских продуктов питания Днев.г.2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17	
	Итого:	495	5,03	7,37	28,95	204,35	0,10	10,03	8,98	2,76	64,68	94,84	31,57	2,15	
ПЯТНИЦА															
№ 115 Сбор.ред. На протяжении 6 мес. для общ. по вост. образ.учреж.-Дети 2017	Харчо с мясом птицы, со сметаной	250/10/5	3,18	7,40	2,10	86,80	0,01	1,73	10,82	2,38	31,14	19,45	2,48	0,20	
	ТТК	200	0,66	0,09	22,03	92,90	0,02	0,91	0,00	0,64	40,60	29,30	21,83	0,87	
№ 349 Сбор.ред. На протяжении 6 мес. для общ. по вост. образ.учреж.-Дети 2017	Компот из сухофруктов	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17	
	Хлеб ржаной	Итого:	495	5,82	7,85	36,01	239,10	0,08	2,64	10,82	3,44	80,44	93,75	38,40	2,24

СУББОТА													
76 Сбор рет. На продово для обл. Во всех образ.урезе-Дека 2017	250/10/5	3,93	6,84	11,19	131,46	0,06	10,75	7,00	2,48	56,28	78,42	29,80	0,17
76 Сбор рет. На продово для обл. Во всех образ.урезе-Дека 2017	190/10	0,07	0,02	10	40,00		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
76 Сбор рет. На продово для обл. Во всех образ.урезе-Дека 2017	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Счета и валютность основных продуктов питания Дека - 2012	Итого:	495	7,22	33,07	230,86	0,11	10,78	7,00	2,90	76,08	126,22	45,30	1,62
	Всего за 6 дней I недели:	2960	45,56	244,45	1577,32	0,76	139,52	75,15	18,75	425,84	708,15	252,88	14,62

2 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК													
82 Сбор рет. На продово для обл. Во всех образ.урезе-Дека 2017	250/10	4,05	4,16	18,25	138,85	0,12	8,35	3,98	1,45	33,80	77,99	28,72	1,24
377 Сбор рет. На продово для обл. Во всех образ.урезе-Дека 2017	185/10/5	0,13	0,02	10,2	42,00		2,03	0	0,006	13,25	3,96	2,16	0,333
Счета и валютность основных продуктов питания Дека - 2012	Итого:	490	6,16	4,54	240,25	0,17	10,38	3,98	1,87	55,75	126,95	44,98	2,74
82 Сбор рет. На продово для обл. Во всех образ.урезе-Дека 2017	250/5	2,70	5,90	8,08	102,85	0,06	15,80	5,00	2,37	55,65	52,05	22,58	0,84
349 Сбор рет. На продово для обл. Во всех образ.урезе-Дека 2017	200	0,66	0,09	22,03	92,90	0,02	0,91	0,00	0,64	40,60	29,30	21,83	0,87
Счета и валютность основных продуктов питания Дека - 2012	Итого:	485	5,34	6,35	255,15	0,13	16,70	5,00	3,42	104,95	126,35	58,50	2,88

СРЕДА													
82 Сбор рет. На продово для обл. Во всех образ.урезе-Дека 2016	250/10	2,57	5,97	1,80	70,86	0,02	0,80	2,00	2,31	24,15	33,29	8,75	0,36
ТК оставшая на основании акта потребления 2019 г от 20.10.19	200	0,68	0,28	10,78	48,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Счета и валютность основных продуктов питания Дека - 2012	Итого:	490	5,23	6,61	178,46	0,08	100,80	2,00	3,49	54,19	81,73	26,29	2,16
82 Сбор рет. На продово для обл. Во всех образ.урезе-Дека 2017	250	6,29	5,47	16,54	153,25	0,23	5,83	0,00	2,43	44,68	88,10	35,58	2,05
376 Сбор рет. На продово для обл. Во всех образ.урезе-Дека 2017	190/10	0,07	0,02	10	40,00		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
Счета и валютность основных продуктов питания Дека - 2012	Итого:	480	8,34	5,85	252,65	0,28	5,86	0,00	2,85	64,48	135,90	51,08	3,50

ПЯТНИЦА													
Акт потребления от 16.02.2019	250	8,03	9,15	7,19	168,63	0,06	0,80	5,88	1,58	23,73	56,55	16,75	0,58
ТК	180/10/10	0,11	0,06	10,98	44,70	0,00	1,03	0,00	0,02	12,55	3,90	2,30	0,48

Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Всего:	480	10,12	9,57	30,05	272,73	0,11	1,83	2,02	44,98	105,45	33,15	2,23
СУББОТА												
Рассольник домашний с мясными фрикадельками	250/10	4,09	6,26	12,76	134,11	0,11	13,18	2,00	41,90	86,59	31,30	1,23
Компот из изюма и урюка	200	0,55	0,07	18,89	79,30	0,02	0,30	0,45	26,77	21,08	13,14	0,47
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:	490	6,62	6,69	43,53	272,81	0,18	13,48	2,00	77,37	152,67	58,54	2,87
Всего за 6 дней 2 недели:	2915	41,8	39,613	218,78	1472,05	0,9422	149,04	18,855	401,716	729,047	272,52	16,37
Всего за 12 дней:	5875	80,45	85,17	463,23	3049,37	1,70	288,57	94,01	827,56	1437,19	525,40	30,99
В среднем на 1 учащегося в день	490	6,70	7,10	38,60	254,11	0,14	24,05	2,98	68,96	119,77	43,78	2,58