Согласовано
Руководитель общеобразовательного учреждения
_____

Разработано и утверждено
Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"
_____Э.Р.Харламова

Примерное цикличное двенадцатидневное меню

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

Утверждаю _____ Харламова О.Р.
Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"

Согласовано _____
Руководитель образовательного учреждения

Примерное цикличное двенадцатидневное меню для учащихся образовательных учреждений Республики Татарстан

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход,г	Белки	Жиры	Угл-ды	Энер.ценность (ККАЛ)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ПОНЕДЕЛЬНИК													
№ 96,105 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Деля 2017	Рассольник Ленинградский с курными 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	Компот из свежих яблок с изюмом	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,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Деля + 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:	**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.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Деля 2017	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/10	4,91	7,40	11,65	141,95	0,05	0,74	18,32	2,67	33,91	54,90	12,70	0,84
ТТК составлена на основании акта проработки 2019 г от 29.10.19	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Деля + 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**	**7,56**	**8,04**	**44,29**	**289,55**	**0,12**	**100,74**	**18,32**	**3,85**	**63,95**	**103,34**	**30,24**	**2,64**
	СРЕДА													
№155 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Деля 2015	Шулпа с мясом	250/10	6,36	4,97	18,84	159,08	0,11	5,80	21,05	1,68	34,68	95,14	28,32	1,41
№ 348 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Деля 2017	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
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Деля + 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**	**9,09**	**5,39**	**58,65**	**334,88**	**0,18**	**6,40**	**21,05**	**2,92**	**76,60**	**162,94**	**60,58**	**3,06**
	ЧЕТВЕРГ													
№9К Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Деля 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
№376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Деля 2017	Чай с мармеладом	190/10	0,11	0,02	12,73	51,30	0,00	0,10	0,00	0,00	4,87	3,65	2,35	0,43
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Деля + 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**	**5,07**	**7,37**	**31,68**	**215,65**	**0,10**	**10,10**	**8,98**	**2,76**	**58,45**	**95,69**	**32,51**	**2,29**

	ПЯТНИЦА													
№ 115 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Харчо с мясом птицы, со сметаной	250/10/5	3,05	7,41	1,94	85,55	0,02	1,01	10,82	2,36	31,76	31,98	8,00	0,40
№ 349 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Компот из сухофруктов	200	0,83	0,11	40,02	166,00	0,02	0,91	0,00	0,64	40,60	29,30	21,83	0,87
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 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**	**5,86**	**7,88**	**53,83**	**310,95**	**0,09**	**1,91**	**10,82**	**3,41**	**81,06**	**106,28**	**43,93**	**2,44**
	СУББОТА													
№ 82 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Борщ из свежей капусты с мясными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	4,27	7,53	11,15	138,05	0,06	10,93	10,82	2,51	59,49	74,05	28,60	1,42
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15	60,00		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 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**	**6,32**	**7,91**	**38,03**	**257,45**	**0,11**	**10,96**	**10,82**	**2,93**	**79,29**	**121,85**	**44,10**	**2,87**
	Всего за 6 дней 1 недели:	**2960**	**39,64**	**44,22**	**280,18**	**1722,24**	**0,76**	**139,06**	**78,97**	**18,75**	**423,45**	**717,16**	**258,16**	**16,22**

2 неделя

	ПОНЕДЕЛЬНИК													
№ 88 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Суп картофельный с вермишелью, с куриными фрикадельками	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.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 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 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 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**	**6,14**	**4,54**	**40,28**	**239,57**	**0,17**	**10,38**	**3,98**	**1,87**	**55,75**	**126,95**	**44,98**	**2,74**
	ВТОРНИК													
№ 88 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и сметаной	250/10/5	4,70	6,08	8,13	112,68	0,07	15,85	5,00	2,42	54,93	74,97	25,54	1,07
№ 349 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Компот из сухофруктов	200	0,83	0,11	40,02	166,00	0,02	0,91	0,00	0,64	40,60	29,30	21,83	0,87
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 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**	**7,50**	**6,55**	**60,03**	**338,08**	**0,14**	**16,75**	**5,00**	**3,47**	**104,23**	**149,27**	**61,47**	**3,11**

	СРЕДА													
№ 85 Сбор.рец. На прод-ню для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2016	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками	250/10	4,31	4,59	14,61	116,95	0,10	8,49	5,82	1,35	28,41	78,95	27,03	1,07
ТТК составлена на основании акта проработки 2019 г от 29.10.19	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 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**	**6,97**	**5,23**	**47,25**	**264,55**	**0,16**	**108,49**	**5,82**	**2,53**	**58,45**	**127,39**	**44,57**	**2,87**
	ЧЕТВЕРГ													
№ 102 Сбор.рец. На прод-ню для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Суп картофельный с горохом, с куриными фрикадельками	250/10	6,85	6,59	17,33	168,85	0,23	5,93	3,98	2,45	47,28	98,51	37,02	2,16
№ 376 Сбор.рец. На прод-ню для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15	60,00		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 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**	**8,90**	**6,97**	**44,21**	**288,25**	**0,28**	**5,96**	**3,98**	**2,87**	**67,08**	**146,31**	**52,52**	**3,61**
	ПЯТНИЦА													
№ 95Сбор.рец. На прод-ню для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Рассольник домашний с мясными фрикадельками	250/10	4,43	6,95	12,72	140,70	0,10	13,36	5,82	2,47	45,11	82,23	30,10	1,26
ТТК	Компот из изюма и урюка	200	0,55	0,07	28,89	119,30	0,02	0,30	0,00	0,45	26,77	21,08	13,14	0,47
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 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**	**7,0**	**7,4**	**53,5**	**319,4**	**0,2**	**13,7**	**5,8**	**3,3**	**80,6**	**148,3**	**57,3**	**2,9**
	СУББОТА													
Акт проработки от 16.02.2019	Солянка	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
№376 Сбор.рец. На прод-ню для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с мармеладом	190/10	0,11	0,02	12,73	51,30	0,00	0,10	0,00	0,00	4,87	3,65	2,35	0,43
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 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
	Всего:	**480**	**10,12**	**9,53**	**31,80**	**279,33**	**0,11**	**0,90**	**5,88**	**2,00**	**37,29**	**105,20**	**33,20**	**2,17**
	Всего за 6 дней 2 недели:	**2935**	**46,61**	**40,189**	**277,07**	**1729,187681**	**1,0303333**	**156,14**	**30,475**	**16,07**	**403,387**	**803,419**	**294,07**	**17,41**
	Всего за 12 дней:	**5895**	**86,25**	**84,406**	**557,25**	**3451,425362**	**1,7856667**	**295,2**	**109,45**	**34,819**	**826,834**	**1520,58**	**552,23**	**33,63**
	В среднем на 1 учащегося в день	**491**	**7,19**	**7,03**	**46,44**	**287,62**	**0,15**	**24,60**	**9,12**	**2,90**	**68,90**	**126,71**	**46,02**	**2,80**