

Согласовано
Начальник МКУ "Управление
образования" Муслумовского
района РТ
/Л.Я. Хабибуллина/

Согласовано
Директор
Муслумовского
района РТ
/Э.И. Ибрагимов/

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Ибрагимов Э.И.



ЦИКЛИЧНОЕ ОСЕННЕЕ (ЗИМНЕЕ) ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ МУСЛУМОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА НА 2024 Г.
ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ МУСЛУМОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА НА 2024 Г.
ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5-11 КЛАССАХ, ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг				Витамины, мг		
			всего	всего				Ca	Mg	P	Fe	A	B ₁	B ₂

1 НЕДЕЛЯ

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0
27/10	Чай сладкий	190/10	0,2	0,05	9,92	38,76	0,29	0	0,03	0	0	0	0	0	0	0
3/1	Салат из блочечной капусты с растительным маслом	94/6	1,61	5,96	8,91	91,56	44,7	14,38	28,13	0,56	0	17,84	0,03	40,13	0	0
4/9	Плов из мяса цыплят-бройлеров	165/55	19,77	21,55	41,33	437,59	22,36	37,13	177,49	1,82	34,8	1461,94	0,07	1,02	0	0
	Кулинарная изделия	80	6,02	0	1,84	27,75	14,83	0	0,93	0	0	0	0,07	0,04	0	0
	Итого за 'Обед'	660	31,56	28,12	88,58	720,8416	92,68	65,61	253,02	4,51	34,8	1481,28	0,22	41,19	0	0

2 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0
3/10	Компот из яблок	155/45	0,16	0,16	24,08	93,35	6,79	3,42	4,09	0,91	0	10,8	0,01	11,6	0	0
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0	35,06	100	5,5	60	0,07	21	17	0	0,07	0	0
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	94/6	1,17	5,96	11,32	98,35	24,43	34,26	49,71	0,64	0	10819,2	0,05	4,51	0	0
3/3	Картофельное пюре с маслом сливочным	175,5/4,5	3,73	4,25	26,51	157,82	40,75	36,42	104,19	1,35	22,5	40,93	0,14	6,54	0	0
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы минтай	100	12,2	6,38	14,05	162,25	32,12	43,25	179,88	1,16	6,6	0,4	0,09	0,33	0	0
	Итого за 'Обед'	650	23,85	19,97	102,54	672,0224	214,59	136,95	445,27	5,3	50,1	10889,83	0,34	23,05	0	0

3 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0
27/10	Чай полусладкий	195/5	0,2	0,05	5,03	20,17	0,15	0	0,01	0	0	0	0	0	0	0

32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	94/6	1,38	5,97	9,01	89,86	34,08	19,3	37,99	1,24	0	8,24	0,01	4,94
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	2,07	41,37	205,10	14	121,5	177,41	4,17	0	5,75	0,23	0
2/9	Мясо птицы (грудка) отварное в соусе	50/50	11,64	11,19	12,44	156,81	11,81	9,97	83,21	0,94	30,15	15,9	0,03	0,43
Итого за 'Обед'		640	25,07	19,84	94,43	597,131	70,54	164,87	346,01	7,53	30,15	31,39	0,32	5,37

4 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0
29/10	Чай с сахаром с лимоном	182,3/9,7/8	0,23	0,05	9,92	39,59	2,18	0,56	1	0,06	0	0,44	0	0,78
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,68	16	9	11	2,2	0	30	0,03	10
46/3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	175,5/4,5	6,36	3,57	40,93	220,73	12,64	8,61	47,79	0,87	10,8	10,8	0,08	0
1/27	Котлеты "Крестьянские" из мяса говядины и птиц	100	16,99	20,26	13,12	302,18	17,94	23,85	162,57	2,28	35,7	4,95	0,07	0,61
Итого за 'Обед'		640	27,94	24,84	102,15	736,3663	59,26	56,12	269,76	6,58	46,5	47,69	0,23	11,39

5 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0
6/10	Компот из сухофруктов	180/20	1,02	0,06	23,18	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	630	0,02	10,32
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0	35,06	100	5,5	60	0,07	21	17	0	0,07
49/1	Салат "Винегрет" с растительным маслом	94/6	1,43	6,09	10,54	100,02	21,37	19,07	43,77	0,83	0	922,25	0,05	3,95
4/8	Плов из мяса говядины	165/55	16,28	18,16	40,38	388,58	20,59	46,86	203,78	2,38	0	2534,4	0,08	1,06
Итого за 'Обед'		590	25,32	27,53	100,68	736,4399	183,79	105,48	382,11	5,1	21	4105,15	0,2	15,4

6 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0
27/10	Чай полусладкий	195/5	0,2	0,05	5,03	20,17	0,15	0	0	0,01	0	0	0	0
6	Салат "Степной" с растительным маслом	94/6	2,17	6,12	12,55	110,32	18,47	27,74	62,54	0,73	0	3403,64	0,11	6,45
21/4	Пюре гороховое	180	17,91	4,22	49,77	293,2166	97,28	88,49	273,1	5,64	14,4	16,98	0,52	0
7	Биточки (котлеты) из мяса бройлер-цыплят	100	15,12	14,24	13,11	240,67	16,63	21,27	134,36	1,9	41,44	7,9	0,07	0,27
Итого за 'Обед'		640	39,36	25,19	107,04	789,5681	143,03	151,6	517,4	9,45	55,84	3430,02	0,75	6,72

2 НЕДЕЛЯ

1 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0	0
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,02	4	0	0	0
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	94/6	1,17	5,96	11,32	98,35	24,43	34,26	49,71	0,64	0	10,8	0,05	4,51	0	0	0
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями на говяжьем бульоне	220	2,59	12,12	19,31	205,11	14,13	19,77	50,57	0,84	0	1151,57	0,08	5,39	0	0	0
	Кулинарная изделия	80	6,02	0	1,84	27,75	14,83	0	0	0,93	0	0	0,07	0,04	0	0	0
	Итого за 'Обед'	660	14,74	18,84	79,65	542,8717	77,89	76,13	161,68	6,38	0	1163,87	0,27	13,94	0	0	0

2 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0	0
29/10	Чай с сахаром с лимоном	182,3/9,7/8	0,23	0,05	9,92	39,59	2,18	0,56	1	0,06	0	0,44	0	0,78	0	0	0
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0	35,06	100	5,5	60	0,07	21	17	0	0,07	0	0	0
3/1	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	94/6	1,61	5,96	8,91	91,56	44,7	14,38	28,13	0,56	0	17,84	0,03	40,13	0	0	0
3/3	Картофельное пюре с маслом сливочным	175,5/4,5	3,73	4,25	26,51	157,82	40,75	36,42	104,19	1,35	22,5	40,93	0,14	6,54	0	0	0
59/8	Сосиски отварные	100	9,36	15,08	20,8	176,34	20	11,25	97,3	1,44	0	0	0,02	0	0	0	0
	Итого за 'Обед'	650	21,52	28,56	92,72	625,56	218,13	82,21	338,02	4,65	43,5	77,71	0,24	47,52	0	0	0

3 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0	0
3/10	Компот из яблок	155/45	0,16	0,16	24,08	93,35	6,79	3,42	4,09	0,91	0	10,8	0,01	11,6	0	0	0
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,68	16	9	11	2,2	0	30	0,03	10	0	0	0
46/3	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	175,5/4,5	6,36	3,57	40,93	220,73	12,64	8,61	47,79	0,87	10,8	10,8	0,08	0	0	0	0
1/27	Котлеты "Крестьянские" из мяса говяжьины и птиц	100	16,99	20,26	13,12	302,18	17,94	23,85	162,57	2,28	35,7	4,95	0,07	0,61	0	0	0
	Итого за 'Обед'	640	27,87	24,95	116,31	790,1249	63,87	58,98	272,85	7,43	46,5	58,05	0,24	22,21	0	0	0

4 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0	0
27/10	Чай полусладкий	195/5	0,2	0,05	5,03	20,17	0,15	0	0	0,01	0	0	0	0	0	0	0
-	Печенье	30	2,25	2,94	23,01	126,68	8,7	6	27	0,63	3	2,4	0,02	0	0	0	0

