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



Утверждаю Индивидуальный предприниматель Ибрагимова Э.И.

*Montonos (MEO)

*Monto

ЦИКЛИЧНОЕ ОСЕННЕЕ (ЗИМНЕЕ) ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПРЕКЛЕМЯ ОБЖЯЛЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ОРТ АНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ МУСЛЮМОВСКОГО МЕНЬНИЙПАЛЬНОГО РАЙОНА НА 2024 г.

ОБУЧАЮЩИХСЯ В 1-4 КЛАССАХ, ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Номер рец.

Прием пищи, наименование изделий

(блюд)

Вы-ход, г

всего

всего

Углеводы, г

ЭЦ, ккал

Минеральные элементы, мг

Витамины, мг

SUMBKEY!

Ca

Mg

Ъ

Fe

A

B

 B_1

Витамин С, мг

Белки, г

Жиры, г

	12/7		3/3		16/1	,	3/10	1	ī				4/9		3/1	27/10	,	,		
Итого за 'Обед'	Биточки (котлеты) из рыбы минтай	Сливочным	Картофельное пюре с маслом	маслом	Салат из моркови с растительным	Фрукты	Компот из яблок	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	2 день	Итого за 'Обед'	Кулинарная изделия	Плов из мяса цыплят-бройлеров	растительным маслом	Салат из белокочанной капусты с	Чай сладкий	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	1 день	1 НЕДЕЛЯ
660	90	110,0,0,0,	146 3/3 7		75,2/4,8	100	155/45	20	20		600	80	150/50		75,2/4,8	190/10	20	20		
18,23	10,98	٠,11	3 11		0,94	0,4	0,16	1,32	1,32		28,11	6,02	17,97		1,28	0,2	1,32	1,32		
14,98	5,74	ر. 1	3 54		4,77	0,4	0,16	0,24	0,13		24,78	0	19,59		4,77	0,05	0,24	0,13		
97,2	12,65	22,07	22 00		9,06	11,6	24,08	8,34	9,38		74,18	1,84	37,57		7,13	9,92	8,34	9,38		
97,2 581,7149	146,03	131,32	131 50		78,68	48,68	93,35	38,68	44,78		74,18 621,0199	27,75	397,81		73,25	38,76	38,68	44,78		
112,21	28,91	33,30	33 06	S	19,55	16	6,79	7	0		78,21	14,83	20,33		35,76	0,29	7	0		
118,51	38,93	00,00	30 35		27,41	9	3,42	9,4	0		54,65	0	33,75		11,5	0	9,4	0		
335,16	161,89	00,02	C8 38		39,76	11	4,09	31,6	0		215,46	0	161,36		22,5	0	31,6	0		
6,57	1,05	1,12	1 13	7	0.51	2,2	0,91	0,78	0		3,85	0,93	1,66		0,45	0,03	0,78	0		
24,69	5,94	16,/3	10 75	.,	0	0	0	0	0		31,64	0	31,64		0	0	0	0		
8731,63	0,36	34,11	3/ 11	,	8655.36	30	10,8		0		1344,31	0	1329,04		14,27	0	1	0		
0,32	0,08	0,12	0 13		0.04	0,03	0,01	0,04	0		0,19	0,07	0,06		0,02	0	0,04	0		
30,96	0,3	3,43	7 77	,	3.61	10	11,6	0	0		33,06	0,04	0,92		32,1	0	0	0		

27/10 | Чай полусладкий

195/5

0,2

0,24 2,66 0,05

5,03

20,17

100 0,15

5,5

0,01

0

0

8,34

38,68 35,06

70

31,6 60 0

0,78 0,07

0,04

0,07

1,32 1,32 2,63

20

4/13

Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сыр (порциями)

	7	21/4		6	27/10	ι	1			4/8		49/1	4/13	6/10	,					1/27		46/3	1	29/10	ı	1			2/9	39/3	32/1	
Итого за 'Обед'	Биточки (котлеты) из мяса бройлер- цыплят	Пюре гороховое	маслом		_	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	6 день	Итого за 'Обед'	Плов из мяса говядины	1	Салат "Винегрет" с растительным	Сыр (порциями)	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	5 день	Итого за 'Обед'	говядины и птиц	Котлеты "Крестьянские" из мясо	сливочным маслом	Макаронные изделия отварные со	Фрукты		Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	4 день	Итого за 'Обед'	Мясо птицы (грудка) отварное в соусе	Каша гречневая рассыпчатая	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	
560	90	150		75,2/4,8	195/5	20	20		530	150/50		75,2/4,8	10	180/20	20	20		580		90		146,3/3,7	100	182,3/9,7/8	20	20		570	45/45	150	75,2/4,8	
33,1	13,61	14,92		1,73	0,2	1,32	1,32	2	22,24	14,8		1,15	2,63	1,02	1,32	1,32		23,86		15,29		5.3	0,4	0,23	1,32	1,32		23,63	10,48	6,58	1,1	
21,65	12,81	3,52		4,9	0,05	0,24	0,13	;	24,47	16,51	,	4,87	2,66	0,06	0,24	0,13		22,04		18,24	3,	2.98	0.4	0,05	0,24	0,13		19,64	10,07	1,72	4,77	
86,06	11,8	41,47	S	10,04	5,03	8,34	9,38	9	86,04	36,71	,	8,43	0	23,18	8,34	9,38		85,16		11,81	· ·	34.11	11.6	9,92	8,34	9,38		76,62	12,19	34,47	7,21	
652,8393	216,61	244,3471	,	88.26	20,17	38,68	44,78		639,3826	353,25		80,02	35,06	87,60	38,68	44,78		627,63		271,96	, , , ,	183.94	48.68	39,59	38,68	44,78		522,6261	141,13	170,91	71,89	
117,97	14,97	81,07	7	14.78	0,15	7	0	,	174,14	18,72	,	17,09	100	31,33	7	0		51,85		16,14	,	10.53	16	2,18	7	0		156,71	10,63	11,67	27,26	
124,47	19,14	73,74	,	22.19	0	9,4	0		92,71	42,6		15,26	5,5	19,95	9,4	0		47,6		21,47	3	7.17	9	0.56	9,4	0		140,56	8,97	101,25	15,44	
430,14	120,93	227,58	1	50.03	0	31,6	0		339,04	185,26		35,02	60	27,16	31,6	0		229,74	,	146,31	00,000	39.83	=		31,6	0		344,72	74,88	147,84	30,4	
7,79	1,71	4,7	39	0.59	0.01	0,78	0		4,33	2,16		0,67	0.07	0,65	0,78	0		5,83	,	2,06	0,10	0.73	2.2	0.06	0.78	0		6,17	0,85	3,47	0,99	
49,3	37,3	12	4	0 0	0	0	0		21	0		0	21	0	0	0		41,13		32,13		9 .	0	0	0	0		48,14	27,14	0	0	
2745,17	7,11	14,15	196	2722.91	0	_	0	,	3689,8	2304		737.8	17	630		0		44,9	,	4,46		9	30	0.44	1	0		43,69	14,31	4,79	6,59	
0,63	0,07	0,43	,	0.09	0	0,04	0		0,17	0,07	,	0,04	0	0,02	0,04	0		0,19	,	0,06	0,00	0.06	0.03	0	0,04	0		0,27	0,03	0,19	0,01	
5,4	0,24	0	,	5.16	0	0	0		14,51	0,96		3,16	0.07	10,32	0	0		11,33	3	0,55	(0 ,	10	0.78	0	0		5,01	0,39	0	4,55	

	1	_	1		,										7			•																	
49/1	ı	27/10	1	ī				1/27		46/3		3/10	1	ı			59/8		3/3	,	3/1	4/13	29/10		1					18/2	16/1	1 / 1	,		
Салат "Винегрет" с растительным маслом	Печенье	Чай полусладкий	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	4 день	Итого за 'Обед'	говядины и птиц	Котлеты "Крестьянские" из мясо	сливочным маслом	Макаронные изделия отварные со	Фрукты	Компот из яблок	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	3 день	Итого за 'Обед'	Сосиски отварные	СЛИВОЧНЫМ	Картофельное пюре с маслом	растительным маслом	Сапат из бепокованной капусты с	Сыр (порциями)	_	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	2 день	Итого за 'Обед'	Кулинарная изделия	изделиями на говяжьем бульоне	Суп картофельный с макаронными	Салат из моркови с растительным маслом	Cok	Хлео ржаной	Хлеб пшеничный	1 день
75,2/4,8	30	195/5	20	20		580		90		146,3/3,7	100	155/45	20	20		580	100	. 10,0,0,1	146 3/3 7	70,2/4,0	75 7/1 8	10	182,3/9,7/8	20	20		600	80	000	200	75,2/4,8	200	20	20	
1,15	2,25	0,2	1,32	1,32		24,89		15,29		5,3	1,5	0,16	1,32	1,32		19,25	9,36	٠,11	3 11	1,20	1 78	2.63	0,23	1,32	1,32		12,95	6,02	2,00	225	0,94		1,32	1,32	
4,87	2,94	0,05	0,24	0,13	-	22,25		18,24		2,98	0,5	0,16	0,24	0,13		26,47	15,08	ر پن ۱	3 54	4,//	4 77	2.66	0,05	0,24	0,13		17,27	0	11,73	11 93	4,77	0,2	0,24	0,13	
8,43	23,01	5,03	8,34	9,38		110,42		11,81		34,11	22,7	24,08	8,34	9,38		77,66	20,8	22,00	22 00	/,13	7 12	0	9,92	8,34	9,38		66,77	1,84	17,00	17 55	9,06	20,6	8,34	9,38	
80,02	126,68	20,17	38,68	44,78		728,2106	i i	271,96		183,94	95,50	93,35	38,68	44,78		77,66 539,2149	176,34	131,32	131 53	13,23	77 75	35.06	39.59	38,68	44,78		471,9182	27,75	170,0040	105 55/6	78,68	86,48	38,68	44,78	
17,09	8,7	0,15	7	0		48,46	,	16,14		10,53	8	6,79	7	0		198,9	20	22,20	33 0%	35,/6	75 30	100	2.18	7	0		68,23	14,83	12,00	12 85	19,55	14	7	0	
15,26	6	0	9,4	0		83,46	,	21,47	,	7,17	42	3,42	9,4	0		68,56	11,25	00,00	30 35	11,5	11 6	7.5	0.56	9.4	0		62,78	0	17,37	17 07	27,41	~	9,4	0	
35,02	27	0	31,6	0		249,83		146,31	,	39,83	28	4,09	31,6	0		299,22	97,3	00,02	C8 78	22,5	20 6	60	1	31.6	0		131,33	0	43,97	15 07	39,76	14	31,6	0	
0,67	0,63	0,01	0,78	0		5,08	,	2,06		0,73	0.6	0.91	0,78	0		3,92	1,44	1,12	1 13	0,45	0,07	0.07	0.06	0.78	0		5,78	0,93	0,70	77.0	0,51	2,8	0,78	0	
0	₃	0	0	0		41,13		32,13		9	0	0	0	0		39,75	0	10,/5	10 75		2	21	0	0	0		0	0	C		0	0	0	0	
737,8	2,4	0	1	0		145,26		4,46	2	9	120	10,8		0		66,82	0	34,11	3/11	14,2/	1, 2, 1,	17	0.44	_	0		9703,24	0	1040,88	1046 00	8655,36	0	1	0	
0,04	0,02	0	0,04	0		0,21		0,06		0,06	0.04	0.01	0,04	0		0,2	0,02	0,12	0 13	0,02	000	0	0	0.04	0		0,25	0,07	0,08	0.00	0,04	0,02	0,04	0	
3,16	0	0	0	0		22,15	,	0,55		0	10	11,6	0	0		38,4	0	0,40	7 77	32,1	22.1	0.07	0.78	0	0		12,55	0,04	4,9	40	3,61	4	0	0	

		4/256	3/3	2 '	27/10		1				7	39/3		32/1	4/13	27/10		1			4/9	
Итого за период	Итого за 'Обед'		картофельное пюре с маслом сливочным	Фрукты	27/10 Чай полусладкий	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	6 день	Итого за 'Обед'	цыплят	Биточки (котлеты) из мяса бройлер-	Каша гречневая рассыпчатая	растительным маслом	Салат из отварной свеклы с	Сыр (порциями)	Чай сладкий	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	5 день	Итого за 'Обед'	Плов из мяса цыплят-бройлеров	
6960	580	45/45	146,3/3,7	100	195/5	20	20		570		90	150		75,2/4,8	10	190/10	20	20		550	150/50	5
277,12	19,89	13,54	3,11	0,4	0,2	1,32	1,32		26,76		13,61	6,58		1,1	2,63	0,2	1,32	1,32		24,21	17,97	
261,03	17,28	12,92	3,54	0,4	0,05	0,24	0,13		22,38		12,81	1,72		4,77	2,66	0,05	0,24	0,13		27,82	19,59	
1002,11 7174,06	69,12	12,68	22,09	11,6	5,03	8,34	9,38		81,12		11,8	34,47		7,21	0	9,92	8,34	9,38		91,76	37,57	
7174,06	464,6858	180,85	131,52	48,68	20,17454	38,68	44,78		616,6839	,	216,61	170,91		71,89	35,06	38,76	38,68	44,78		91,76 708,1319	397,81	
1287,96	66,82	9,71	33,96	16	0,15	7	0		161,19	,	14,97	11,67		27.26	100	0,29	7	0		53,27	20,33	
1075,38	66,94	18,19	30,35	9	0	9,4	0		150,73		19,14	101,25		15.44	5.5	0	9,4	0		64,41	33,75	
3479,76	259,37	129,95	86,82	11	0	31,6	0		390,77		120,93	147,84	,	30.4	60	0	31,6	0		254,98	161,36	
66,15	6,03	1,92	1,12	2,2	0,01	0,78	0		7,05		1.71	3,47	9,	0.99	0.07	0.03	0,78	0		3,75	1,66	
408,47 29097,06	18,75	0	18,75	0	0	0	0		58,3	,	37.3	0	(0	21	0	0	0		34,64	31,64	
9097,06	475,51	410,4	34,11	30	0	<u>,</u>	0		36,49	1	7.11	4,79	90,	6.59	17	0	1	0		2070,24	1329,04	
3,13	0,23	0,04	0,12	0,03	0	0,04	0		0,31	,	0.07	0,19	,	0.01	0	0	0.04	0		0,16	0,06	
198,79	16,48	1,03	5,45	10	0	0	0		4,86	9	0.24	0	,,00	4 55	0 07	0	0	0		4,08	0,92	