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

Cornacobaho

Mupekrop OV

Cleanury Survey H L1.

Утверждаю Индивидуальный предприниматель Ибрагимова Э.И.

/Э.И. Ибрагимова/

ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ОСЕННЕЕ (ЗИМНЕЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ МУСЛЮМОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА НА 2025 г.

## ОБУЧАЮЩИХСЯ В 1-4 КЛАССАХ

	SECURENTIAL SECURITION OF SECU			OB3 1	мощих	СЛВТЧ	MIACCA					7	c 01.0	9.2025r
Но-	Прием пищи, наименование изделий		Белки, г	Жиры, г	Угле-		Мин	неральные	элементы,	МГ	Ви	тамины, мі		Вита-
мер рец.	(блюд)	Вы-ход, г	всего	всего	воды, г	ЭЦ, ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	В	$B_1$	мин С, мг
	1ДЕНЬ													
	Горячий завтрак	T									1			
	Хлеб пшеничный	20	1,2		7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Хлеб ржаной	20	1,2				7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	1,0	0,0	
	Чай сладкий	200	0,2	0,1	9,9		0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	1,5	6,0	9,3	93	41,4	17,8	31,9	0,6	0,0	19,0	0,0	33,9
4/9	Плов из мяса цыплят-бройлеров	200	18,0	19,6	37,6	398	20,3	33,8	161,4	1,7	31,6	1329,0	0,1	0,9
	Итого за 'Горячий завтрак'	540		26,0			69,0	61,0	224,9	3,0	31,6	1349,0	0,1	
	2 ДЕНЬ													
	Горячий завтрак			0.4			0.0	0.0			0.0	0.0		
	Хлеб пшеничный	20	1,2		7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Хлеб ржаной	20	1,2		8,3		7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	1,0	0,0	
	Сыр (порциями)	10	2,6				100,0	5,5	60,0	0,1	21,0	17,0	0,0	
	Компот из яблок	200	0,2	0,2		75	6,6	3,4	4,1	0,9	0,0	10,8	0,0	
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,2	6,0	11,3	98	24,4	34,3	49,7	0,6	0,0	11,0	0,1	4,5
3/3	Картофельное пюре с маслом	150	3,1	3,5	22,1	132	34,0	30,4	86,8	1,1	18,8	34,1	0,1	5,5
25/0	сливочным	0.0	0.6	^ =	120	150	1.50	20.5	107.0	1.0	0.0	0.0	0.1	2.5
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	90	9,6				16,8	20,7	135,2	1,9	0,0	0,0	0,1	2,7
	Итого за 'Горячий завтрак'	590	19,1	22,4	81,2	587	188,9	103,6	367,5	5,4	39,8	73,9	0,3	14,3
	3 ДЕНЬ													
	Горячий завтрак													
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2			7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	1,0	0,0	0,0
27/10	Чай полусладкий	200	0,2	0,1	5,0		0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Яблоки	100	0,4	0,4	11,6		16,0	9,0	11,0	2,2	0,0	30,0	0,0	10,0
18/2	Суп картофельный с макаронными	200	2,1	1,9			12,5	17,7	44,5	0,7	0,0	10,0	0,1	4,9
	изделиями													

		20	6.0	7.6	0.0	7.5	4.0	5.5	50.0	0.5	14.6	2.0	0.0	0.2
-	Мясо птицы отварное для супа	30 <b>570</b>	6,0 11,1	5,6 <b>8,4</b>	0,0 <b>48,6</b>	75 <b>307</b>	4,9 <b>40,5</b>	5,5 <b>41,5</b>	50,0	0,5 <b>4,2</b>	14,6	2,8 <b>43,8</b>	0,0	0,3 <b>15,2</b>
	Итого за 'Горячий завтрак'	5/0	11,1	8,4	48,0	307	40,5	41,5	137,0	4,2	14,6	43,8	0,2	15,2
	4 ДЕНЬ													
	Горячий завтрак													
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	1,0	0,0	0,0
29/10	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	9,9	40	2,2	0,6	1,0	0,1	0,0	0,4	0,0	0,8
32/1	Салат из отварной свеклы с	100	1,4	6,0	9,0	90	34,1	19,3	38,0	1,2	0,0	8,2	0,0	1,9
	растительным маслом													
3/4	Каша гречневая вязкая	150	4,6	3,9	23,8	142	9,3	69,9	103,2	2,4	15,0	13,4	0,1	0,0
2/9	Мясо птицы отварное в соусе	90	10,5	10,1	2,2	141	10,6	9,0	74,9	0,9	27,1	14,3	0,0	0,4
	Итого за 'Горячий завтрак'	580	19,1	20,3	60,7	487	63,2	108,1	248,6	5,3	42,1	37,4	0,2	3,1
	5 HD111													
	5 ДЕНЬ													
	Горячий завтрак Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,1	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	1,0	0,0	0,0
	Компот из сухофруктов	200	1,0	0,2	23,2	88	31,3	20,0	27,2	0,7	0,0	630,0	0,0	0,5
-	Яблоки	100	0,4	0,4	11,6	49	16,0	9,0	11,0	2,2	0,0	30,0	0,0	10,0
	Каша молочная ассорти (рис, пшено)	150	4,4	4,6	23,7	153	87,1	24,6	104,7	0,5	18,2	17,4	0,1	0,4
	с маслом сливочным		,	, -	- , .		,	, -	, ,	- ,-	- ,	,	,	- ,
7	Биточки (котлеты) из мяса бройлер-	90	13,6	12,8	11,8	217	15,0	19,1	120,9	1,7	37,3	7,1	0,1	0,2
	типпац													
	Итого за 'Горячий завтрак'	580	21,8	18,2	86,0	580	156,4	82,1	295,4	5,9	55,5	685,5	0,2	11,1
	6 ДЕНЬ													
	Горячий завтрак													
_	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
_	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	1,0	0,0	0,0
4/13	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0,0	35	100,0	5,5	60,0	0,1	21,0	17,0	0,0	0,1
27/10	Чай полусладкий	200	0,2	0,1	5,0	20	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
46/3	Макаронные изделия отварные с	170	6,0	3,4	38,7	208	11,9	8,1	45,1	0,8	10,2	10,2	0,1	0,0
	маслом сливочным													
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы минтай	90	11,0	5,7	12,7	146	28,9	38,9	161,9	1,1	5,9	0,4	0,1	0,3
	Итого за 'Горячий завтрак'	510	22,2	12,2	72,1	484	148,0	62,0	298,6	2,7	37,1	28,6	0,2	0,4
	7 ДЕНЬ													
	Горячий завтрак	20	1.0	0.1	7.4	26	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
-	Хлеб пшеничный	20 20	1,2	0,1	7,4	36 38	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
4/13	Хлеб ржаной Сыр (порциями)	10	1,2 2,6	0,2 2,7	8,3 0,0	35	7,0 100,0	9,4 5,5	31,6 60,0	0,8	21,0	1,0 17,0	0,0	0,0
	Чай сладкий	200	0,2	0,1	9,9	39	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Салат из белокочанной капусты с	100	1,6	6,0	8,9	92	44,7	14,4	28,1	0,6	0,0	17,8	0,0	40,1
3/1	растительным маслом	100	1,0	0,0	3,7	72	<del></del> ,/	17,7	20,1	0,0	3,0	17,0	0,0	70,1
3/3	Картофельное пюре с маслом	150	3,1	3,5	22,1	132	34,0	30,4	86,8	1,1	18,8	34,1	0,1	5,5
5/5	Tap 1 Specialise Intope o macrom	150	٥,1	5,5	,1	132	5-1,0	50,1	00,0	-,-	10,0	J 1, 1	5,1	٠,5
	сливочным													1

1/27	Котлеты "Крестьянские" из мясо говядины и птиц	90	14,3	16,6	12,3	254	16,1	21,5	146,3	2,1	32,1	4,5	0,1	0,6
	Итого за 'Горячий завтрак'	590	24,3	29,2	69,0	625	202,1	81,1	352,9	4,6	71,9	74,4	0,3	46,2
	8 ДЕНЬ													
	Горячий завтрак													
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	1,0	0,0	0,0
29/10	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	9,9	40	2,2	0,6	1,0	0,1	0,0	0,4	0,0	0,8
-	Яблоки	100	0,4	0,4	11,6	49	16,0	9,0	11,0	2,2	0,0	30,0	0,0	10,0
4/2	Борщ с картофелем	200	1,3	2,2	10,6	64	25,4	16,4	34,1	0,8	0,0	810,2	0,0	6,4
41/2	Фрикадельки мясные для супа	30	5,8	4,1	0,3	62	4,1	6,1	46,8	0,8	0,0	0,0	0,0	0,1
	Итого за 'Горячий завтрак'	570	10,2	7,2	48,2	288	54,7	41,4	124,5	4,6	0,0	841,7	0,1	17,2
	9 ДЕНЬ													
	Горячий завтрак	20	1.0	0.1	7.4	26	0.0	ا م ما	0.0	0.0	ا م ما	0.0	0.0	0.0
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2/10	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38 75	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	1,0 10,8	0,0	0,0
	Компот из яблок	200	0,2 1,4	0,2 6,1	19,2 10,5	100	6,6 21,4	3,4 19,1	4,1	0,9	0,0	9,0	0,0	1,6 4,0
49/1	Салат "Винегрет" с растительным маслом	100	1,4	0,1	10,5	100	21,4	19,1	43,8	0,8	0,0	9,0	0,1	4,0
46/3	Макаронные изделия отварные с	170	6,0	3,4	38,7	208	11,9	8,1	45,1	0,8	10,2	10,2	0,1	0,0
	маслом сливочным													
2/9	Мясо птицы отварное в соусе	90	10,5	10,1	2,2	141	10,6	9,0	74,9	0,9	27,1	14,3	0,0	0,4
•	Итого за 'Горячий завтрак'	600	20,5	20,1	86,3	599	57,6	49,0	199,5	4,2	37,3	45,3	0,2	5,9
	10 ДЕНЬ													
	Горячий завтрак													
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	1,0	0,0	0,0
	Чай полусладкий	200	0,2	0,1	5,0	20	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Яблоки	100	0,4	0,4	11,6	49	16,0	9,0	11,0	2,2	0,0	30,0	0,0	10,0
	Плов из мяса цыплят-бройлеров	200	18,0	19,6	37,6	398	20,3	33,8	161,4	1,7	31,6	1329,0	0,1	0,9 <b>10,9</b>
	Итого за 'Горячий завтрак'	540	21,0	20,4	69,9	541	43,5	52,2	204,0	4,7	31,6	1360,0	0,1	10,9
	11 ДЕНЬ													
	Горячий завтрак Хлеб пшеничный	20	1.2	0.1	7.4	26	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0,0	0.0
-	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	20	1,2 1,2	0,1	7,4 8,3	36 38	0,0 7,0	0,0 9,4	0,0 31,6	0,0	0,0	0,0 1,0	0.0	0,0
		200	1,0	0,2	23,2	88	31,3	20,0	27,2	0,8	0,0	630,0	0,0	
	Компот из сухофруктов Салат из отварной свеклы с	100	1,0	6,0	9,0	90	34,1	19,3	38,0	1,2	0,0	8,2	0,0	0,5 1,9
34/1	растительным маслом	100	1,4	0,0	9,0	90	34,1	19,3	30,0	1,4	0,0	0,2	0,0	1,9
3/3	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,1	3,5	22,1	132	34,0	30,4	86,8	1,1	18,8	34,1	0,1	5,5
7	Биточки (котлеты) из мяса бройлер- цыплят	90	13,6	12,8	11,8	217	15,0	19,1	120,9	1,7	37,3	7,1	0,1	0,2
	Итого за 'Горячий завтрак'	580	21,5	22,7	81,8	600	121,3	98,1	304,5	5,5	56,1	680,5	0,3	8,1

12 ДЕНЬ

Горячий завтрак

	Итого за 'Горячий завтрак'	500	21,4	16,0	57,2	446	126,3	103,0	324,7	5,2	36,0	441,8	0,2	1,1
4/256	Мясо тушеное в томатном соусе	90	11,0	9,0	4,0	138	9,7	18,2	130,0	1,9	0,0	410,4	0,0	1,0
3/4	Каша гречневая вязкая	150	4,6	3,9	23,8	142	9,3	69,9	103,2	2,4	15,0	13,4	0,1	0,0
27/10	Чай сладкий	200	0,2	0,1	9,9	39	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
4/13	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0,0	35	100,0	5,5	60,0	0,1	21,0	17,0	0,0	0,1
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	1,0	0,0	0,0
-	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,2	11,1	54	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0