

«СОГЛАСОВАНО»

«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДЕНО»

Начальник управления образования

Региональный директор

Исполнительного комитета НМР РТ

ООО «АБК-Пэймент»

А.Х.Г арифуддин

Д.Х.Шакирянова

образованная

ДЛЯ

ПОКВАТИРА

№ 5

«АБК-Пэймент»

№ 5

«АБК-Пэймент»

№ 5

«АБК-Пэймент»

« 2025 г

« 15 » 2025 г

« 15 » 2025 г

ООО «АБК-Пэймент»

Примерное цикличное 2-х разовое меню для учащихся младших классов (с 7 до 11 лет) общеобразовательных организаций г. Нижнекамска и Нижнекамского района РТ

1 - за неделю

ТТФ/№. Сторожих расчетов/	Наименование продуктов	Выход	Стоимость, руб.	Белки	Жиры	Угле-ды	Калл	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
№1201/Г-	Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00	0,03	0,00	40,00	0,44	8,40	22,50	4,20	0,35
№175201/Г-	Каша "Дружба" молочная	200		11,44	10,16	27,23	258,12	0,07	0,64	29,93	0,10	89,05	104,60	24,96	0,54
№376201/Г-	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
№1636201/Г-	Батон нарезной	60		4,50	1,74	30,84	157,20	0,07	0,00	0,00	1,02	11,40	39,00	7,80	0,72
	Итого:	500		18,37	19,41	80,96	583,32	0,17	0,67	69,93	1,56	119,74	168,90	38,36	1,86
№488201/Г-	Обед (младшие)														
ТТФ № 757 от 23.11.201г	Ци из св. капусты с картошкой, со сметаной	200/5		7,54	11,91	6,50	153,90	0,05	12,64	5,00	1,90	43,80	42,25	18,15	0,67
	Котлеты Домашние с гречкой	90		8,01	11,14	35,71	248,00	0,06	1,79	14,38	1,41	16,80	130,71	16,90	1,79
№10201/Г-	Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
ТТФ № 349 от 23.11.201г	Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46	0,70
Химический анализ/энергетический продукт питания табл 6 стр 134, 2012 Денг +	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
Химический анализ/энергетический продукт питания табл 6 стр 134, 2012 Денг +	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	Итого:	703		25,81	26,59	120,38	789,05	0,27	15,16	31,38	4,91	118,78	295,72	78,73	5,47
ТТФ № 965 от 15.11.201г	ВТОРНИК														
	Завтрак (младшие)														
ТТФ № 965 от 15.11.201г	Бутерброд с повидлом (30/20)	50		7,05	2,30	16,80	209,00	0,04	0,11	51,50	0,45	157,20	111,00	12,45	0,45
№175201/Г-	Каша гречневая молочная вязкая	200		5,92	12,59	35,42	206,46	0,06	0,96	14,80	0,13	128,27	154,44	36,46	0,58
№ 379201/Г-	Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10	0,04	1,30	20,00	0,00	125,78	90,00	14,00	0,13
стр 134 табл 6 Денг +2012	Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
	Итого:	500		19,89	19,02	87,90	606,56	0,20	2,37	86,30	1,43	420,75	387,94	69,41	1,76
№ 96201/Г-	Расоление Ленинградский со сметаной	200/5		5,94	6,82	12,56	93,90	0,08	6,72	5,00	1,90	27,72	48,43	19,79	0,75
ТТФ №130 от 23.12.2018г	Виточки куриные Солнышко	90		6,01	11,53	12,88	183,45	0,02	14,26	31,25	0,09	54,33	156,42	33,10	1,87
№ 30201/Г-	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	150/3		6,70	4,38	35,99	227,00	0,13	0,00	20,00	0,81	34,89	154,97	36,66	2,64
ТТФ №555 от 3.06.201г	Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12	0,01	0,73	0,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14
Химический анализ/энергетический продукт питания табл 6 стр 134, 2012 Денг +	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
Химический анализ/энергетический продукт питания табл 6 стр 134, 2012 Денг +	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	Итого:	703		22,73	23,39	105,43	690,62	0,32	21,71	56,25	3,50	144,73	430,01	112,73	6,85
№173201/Г-	СРЕДА														
	Завтрак (младшие)														
№173201/Г-	Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
№173201/Г-	Каша пшеничная молочная	150		10,60	13,52	23,68	236,00	0,11	0,67	22,37	0,09	78,92	105,42	27,43	0,50
№ 377 /2017	Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34

стр 134 табл 6 Дежн +2012	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
	Итого:	500	14,88	15,39	67,38	448,02	0,20	13,50	22,37	1,15	118,47	153,32	45,33	3,64	
№132017г	Суп - лапша домашняя с картофелем	200	4,35	4,83	29,30	92,40	0,04	0,40	10,00	2,06	22,84	30,80	8,54	0,52	
№2012017г	Плов из куриной грудки(50/150)	200	15,42	17,96	38,93	390,50	0,16	6,76	16,95	0,39	27,21	172,00	55,61	1,63	
№102016	Горошек консервированный(доп.гарнир)	40	1,09	2,87	5,82	53,52	0,02	1,87	0,00	5,92	36,37	22,32	7,24	0,30	
№3МЖ2017г	Напиток из плодов шиповника	200	0,60	0,10	20,20	123,60	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37	
Химосостав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дежн +	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
Химосостав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дежн +	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17	
	Итого:	700	25,72	26,36	120,89	789,92	0,30	10,13	26,95	9,12	116,91	305,94	93,05	4,32	
	Всего:	1200	40,60	41,75	188,27	1237,94	0,50	23,63	49,32	10,27	235,38	459,26	138,38	7,96	
	ЧЕТВЕРТ														
	Завтрак (младшие)														
№92017г	БуТЕРРОД с сыром и маслом сливочным (30/15/5)	50	6,27	7,86	14,83	155,00	0,04	0,11	51,50	0,45	157,20	111,00	12,45	0,45	
№172017г	Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	180/5	4,99	7,40	28,81	206,30	0,16	0,86	33,52	133,70	210,28	63,74	1,55	0,60	
№ 3Ж22017г	Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43	
стр 134 табл 6 Дежн +2012	Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,41	170,30	0,08	0,00	0,00	1,11	12,35	42,25	8,45	0,78	
	Итого:	500	20,21	20,68	79,66	590,20	0,34	2,56	109,42	135,26	531,60	341,55	43,79	2,26	
№ 822017г	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2,80	6,92	16,93	133,75	0,05	10,68	0,00	2,40	49,73	54,60	26,13	1,23	
стр №862 от 5.02.20г	Овощи тушеные с мясом	50/150	14,05	15,97	32,80	374,45	0,20	0,41	43,01	1,65	33,88	177,84	45,06	1,64	
стр № 38Жот 12.12.2г	Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48	
Химосостав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дежн +	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
Химосостав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дежн +	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,06	0,00	0,00	0,56	11,72	60,00	18,80	1,56	
	Итого:	720	22,52	23,67	96,28	726,42	0,36	11,69	43,01	5,77	134,55	334,74	112,35	5,24	
	Всего:	1220	42,73	44,35	175,94	1316,62	0,70	14,25	152,43	141,03	666,15	676,29	156,14	7,50	
	ПЯТНИЦА														
	Завтрак (младшие)														
стр 186, табл 9/2012г	ФРУКТЫ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	
стр № 761 от 23.11.2г	Сырники из творога со ступленным молоком	120/30	15,55	18,35	36,06	398,93	2,27	55,55	78,88	5,67	428,93	442,84	51,83	1,30	
№7Ж2017г	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25	
стр 134 табл 6 Дежн +2012	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	
	Итого:	500	19,77	20,22	79,56	608,93	2,36	65,58	78,88	6,72	465,32	489,14	68,73	4,35	
№1022017г	Суп картофельный с горохом	200	4,35	5,22	26,53	218,60	0,18	4,66	0,00	1,94	34,14	70,48	28,46	1,64	
стр №161 от 13.10.2г	Соуска с томатным соусом , с кашей гречневой	50/20/180	13,62	17,31	39,57	326,70	0,09	0,69	30,40	0,71	24,82	142,16	27,30	1,64	
№3Ж2017г	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,60	0,00	0,00	0,00	0,00	13,67	0,00	0,00	0,90	
Химосостав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дежн +	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
Химосостав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дежн +	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17	
	Итого:	710	22,39	23,29	103,65	721,80	0,35	5,35	30,40	3,40	87,42	277,14	74,06	5,68	
	Всего:	1210	42,16	43,51	183,21	1330,73	2,71	70,93	109,28	10,12	552,74	766,28	142,79	10,03	
	Всего за 5 дней:	6036	211,94	218,02	942,09	6554,84	4,87	148,72	554,89	172,82	2258,27	3184,40	736,54	41,43	
	В среднем на 1 учащегося:	1207	42,39	43,60	188,42	1310,97	0,97	29,74	110,98	34,56	451,65	636,88	147,31	8,29	

2 - яя неделя

ТТК/К: Сверх расчету

Наименование продуктов
ПОНЕДЕЛЬНИК
Завтрак (младшие)

	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углы-ды	Калл	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ср 134 таб 6 Дев. -2012	40	2,96	3,76	10,84	124,28	0,06	0,00	0,00	1,85	13,00	42,00	5,70	0,70	
МТ12/2017	200	8,56	9,80	19,49	174,46	0,14	0,96	14,80	0,67	144,37	218,30	44,33	2,32	
МТ16/2017	200	0,11	0,06	8,97	36,68	0,01	1,02	0,00	0,00	12,89	4,13	2,49	0,53	
таб 6 ср 136/2012	60	4,50	1,74	30,84	157,20	0,07	0,00	0,00	1,02	11,40	39,00	7,80	0,72	
	Итого:	16,13	15,36	70,14	492,62	0,28	1,98	14,80	3,54	181,66	303,43	60,32	4,27	
МТ20/17	200/5	1,57	10,69	8,93	113,10	0,04	8,56	5,00	1,94	44,18	46,73	21,35	0,99	
МТ8/101,09/2017	90	10,68	8,98	16,21	170,2	0,05	0,29	4,68	4,52	39,13	147,33	34,13	1,30	
М20/2017	150/3	5,68	2,88	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86	
МТ9/2017	200	1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Уחסостан и вкортрпост россйскос протукос пнтанос таб 6 ср 134, 2012 Дев +	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
Уחסостан и вкортрпост россйскос протукос пнтанос таб 6 ср 134, 2012 Дев +	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17	
	Итого:	708	126,99	23,19	103,94	674,10	0,25	12,85	21,68	8,21	124,01	310,63	90,40	7,45
	Всего:	1208	39,32	38,51	174,08	1166,72	0,52	14,83	36,48	11,75	305,67	614,06	150,72	11,72

ВТОРНИК

Завтрак (младшие)

таб 6 таб 6 ср 15112/17	50	7,05	2,30	16,80	209,00	0,04	0,11	51,50	0,45	157,20	111,00	12,45	0,45	
МТ12/2017	200	7,49	15,15	30,6	241,26	0,2	0,96	54,8	0,56	156,75	258,36	70,75	1,97	
МТ9/2017	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25	
ср 134 таб 6 Дев. -2012	50	3,76	1,74	30,84	132,00	0,06	0,00	0,00	0,00	10,00	32,00	6,00	0,60	
	Итого:	500	18,37	19,21	86,20	614,26	0,30	1,10	106,50	1,01	334,84	404,16	90,60	3,27
МТ9/2017	200/5	5,94	6,82	12,56	93,90	0,08	6,72	5,00	1,90	27,72	48,43	19,79	0,75	
таб 6 таб 6 ср 15120/17	50/150	17,01	18,47	52,76	473,54	0,33	52,13	29,10	3,02	57,91	230,93	81,56	3,38	
таб 6 таб 6 ср 25120/01	35	0,59	1,75	2,94	29,99	0,01	8,91	0,00	6,93	23,50	15,21	7,20	0,28	
ТТК М255 ср 3 таб 22	200	0,20	0,10	19,82	68,12	0,01	0,73	0,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14	
Уחסостан и вкортрпост россйскос протукос пнтанос таб 6 ср 134, 2012 Дев +	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
Уחסостан и вкортрпост россйскос протукос пнтанос таб 6 ср 134, 2012 Дев +	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17	
	Итого:	700	126,99	28,00	114,72	795,45	0,51	68,49	34,10	12,60	137,92	368,01	132,43	6,05
	Всего:	1200	46,37	46,95	200,92	1409,71	0,80	69,59	140,40	13,61	472,76	772,17	223,03	9,32

СРЕДА

Завтрак (младшие)

ср 134 таб 6 Дев. -2012	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	
ср 134 таб 6 Дев. -2012	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	
МТ12/2017	150/5	11,26	14,01	23,68	247,80	0,11	0,67	22,37	0,09	78,92	105,42	27,43	0,50	
	Итого:	300	12,06	14,81	38,28	171,80	0,09	32,37	0,49	111,92	127,42	35,43	4,90	
	Всего:	1200	46,37	46,95	200,92	1409,71	0,80	69,59	140,40	13,61	472,76	772,17	223,03	9,32

Май 2017	Супп картофеля с крупной перловой	200	7,15	4,27	18,06	114,60	0,09	6,60	0,00	1,14	23,36	54,06	21,82	0,90
Май 2017	Гуляши из куриной грудки(50/50)	100	8,64	9,83	13,40	209,39	0,08	3,97	28,40	3,20	17,17	122,75	18,27	1,14
Май 2017	Пюре картофельное	150	3,09	4,98	39,48	177,55	0,14	18,16	12,00	0,21	37,70	87,50	27,75	1,02
Май 2017	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,60	0,00	0,00	0,00	0,00	13,67	0,00	0,00	0,90
Май 2017	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Май 2017	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:		750	22,72	23,25	104,57	690,42	0,37	32,72	40,40	5,05	122,98	331,69	92,46	5,75
Всего:		1253	37,57	38,76	168,94	1139,91	0,57	44,82	105,98	5,54	387,16	626,71	147,81	9,44
В среднем за 5 дней:		5597	208,52	193,18	846,01	5759,49	2,73	159,92	420,63	39,62	1491,25	2783,99	771,60	45,55
В среднем на 1 учащегося:		1119	41,70	38,64	169,20	1151,90	0,55	31,98	84,13	7,92	298,25	556,80	154,32	9,11

Участники и преподаватели
Российских предприятий
питания май 2017 - май 2012
Дневник