

«СОГЛАСОВАНО»

«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДЕНО»

Начальник управления образования

Региональный директор

Исполнительного комитета НМР РТ

ООО «АБК-Прэймент»

А.Х.Трифилдин

Д.Х.Шакирьянова

Бразовачия

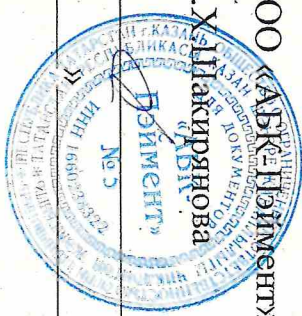
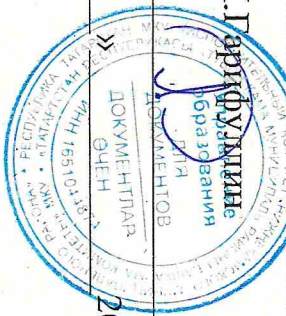
«АБК-Прэймент»

ДОКУМЕНТАР

№ 5

2024 г

2024 г



ООО «АБК-Прэймент»

Примерное циклическое меню горячего завтрака для учащихся младших классов (с 7 до 11 лет)  
общественно-образовательных организаций г. Нижнекамска и Нижнекамского района РТ

ООО "АВК-Таймент"  
 Дружественное меню для организации бесплатного горячего питания (горячий завтрак) для обучающихся начальных классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска и Нижнекамского района

№ Сведения рецептур	1 - я неделя	Выход	Стоимость, руб	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>															
№302017г.	Горячий завтрак (младшие)	40		5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
№302017г.	Мяно вареное	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
№302017г.	Котлеты Домашние с гречкой	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
№302017г.	Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	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
№302017г.	Чай с сахаром	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
№302017г.	Хлеб ржаной	503	80,66	20,16	18,88	83,87	558,70	0,18	1,82	126,38	2,73	67,40	278,38	41,12	4,68
<b>Всего:</b>															
<b>ВТОРНИК</b>															
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>															
№302017г.	Выпечки Куринье Согнышко	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
№302017г.	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
№302017г.	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	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
№302017г.	Кофейный напиток с молоком	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
№302017г.	Хлеб пшеничный	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
№302017г.	Хлеб ржаной	503	80,66	20,14	19,19	85,49	600,45	0,27	15,56	71,25	1,65	229,79	465,89	102,06	6,14
<b>Всего:</b>															
<b>СРЕДА</b>															
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>															
№302017г.	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
№302017г.	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
№302017г.	Чай с сахаром и лимон	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
№302017г.	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
№302017г.	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
<b>Итого:</b>															
<b>550 80,66 19,55 18,86 79,61 581,62 0,25 19,59 16,95 1,21 69,06 236,90 80,61 5,28</b>															

**ЧЕТВЕРГ**

<b>Горячий завтрак (младшие)</b>															
№302017г.	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
№302017г.	Каша пшеничная (баварская)	50		0,85	2,50	4,22	42,85	0,01	9,90	0,00	7,70	26,12	16,90	8,00	0,33
№302017г.	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
№302017г.	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

Химический и энергетический состав продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Девн +  
 Химический и энергетический состав продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Девн +  
 Химический и энергетический состав продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Девн +  
 Химический и энергетический состав продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Девн +

Хиcкocтнa и кaтopиpнoвaннocтb pocceйcкoгo пpoдyктa пшeннoгo тaбл. 6 cтp. 134, 2012 Дeиcн +

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: 510 80,66 19,91 19,13 79,61 615,72 0,31 10,91 43,01 10,93 108,01 282,04 89,52 3,95

**ПИТНИЦА**

Горячий завтрак (младшие) 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

Фрукты (яблоко) 120/30 15,55 18,35 36,03 398,93 2,27 55,55 78,88 5,67 428,93 442,84 51,83 1,30

Сырники из творога со сгущенным молоком 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

Чай с сахаром 30 2,2 0,24 14,76 70,50 0,03 0,00 0,00 0,33 6,00 19,50 4,20 0,33

Итого: 510 80,66 20,20 19,37 80,47 607,83 2,38 65,58 78,88 6,62 470,61 521,14 80,53 5,25

Хиcкocтнa и кaтopиpнoвaннocтb pocceйcкoгo пpoдyктa пшeннoгo тaбл. 6 cтp. 134, 2012 Дeиcн +

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: 510 80,66 20,20 19,37 80,47 607,83 2,38 65,58 78,88 6,62 470,61 521,14 80,53 5,25

**СУББОТА**

Горячий завтрак (младшие) 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

Печенье 180 10,58 14,26 12,09 174,1 0,32 6,14 0 4,59 53,03 362,12 15 1,30

Запеканка картофельная с пшеницей 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

Напиток из сухофруктов 40 3,04 0,32 19,68 94,00 0,04 0,00 0,00 0,44 8,00 26,00 5,60 0,44

Итого: 500 80,66 19,92 18,92 80,48 564,48 0,50 6,87 0,00 7,54 118,23 513,56 62,56 4,70

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: 500 80,66 19,92 18,92 80,48 564,48 0,50 6,87 0,00 7,54 118,23 513,56 62,56 4,70

Итого: 3076 119,88 114,35 489,53 3528,80 3,89 120,33 336,47 30,68 1063,10 2297,91 456,40 30,00

В среднем на 1 учащегося: 513 19,98 19,06 81,59 588,13 0,65 20,06 56,08 5,11 177,18 382,99 76,07 5,00

Хиcкocтнa и кaтopиpнoвaннocтb pocceйcкoгo пpoдyктa пшeннoгo тaбл. 6 cтp. 134, 2012 Дeиcн +

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: 500 80,66 19,92 18,92 80,48 564,48 0,50 6,87 0,00 7,54 118,23 513,56 62,56 4,70

Итого: 3076 119,88 114,35 489,53 3528,80 3,89 120,33 336,47 30,68 1063,10 2297,91 456,40 30,00

В среднем на 1 учащегося: 513 19,98 19,06 81,59 588,13 0,65 20,06 56,08 5,11 177,18 382,99 76,07 5,00

ООО "АБК-Пайкент"

Двуήμεльное меню для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска и Нижнекамского района

2-ая неделя		Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>															
<b>Горючий завтрак (младшие)</b>															
ЖС/2017г	Наименование продуктов														
Ж/2017г	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
Ж/23/2017г	Биточки рыбные	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
Ж/03/2017г	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
Ж/37/2017г	Чай с сахаром , с яблоком	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
Ж/37/2017г	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
Ж/37/2017г	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
	<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>80,66</b>	<b>20,15</b>	<b>19,65</b>	<b>79,95</b>	<b>558,58</b>	<b>0,18</b>	<b>1,31</b>	<b>56,68</b>	<b>6,04</b>	<b>78,13</b>	<b>242,03</b>	<b>58,84</b>	<b>3,82</b>
<b>ВТОРНИК</b>															
<b>Горючий завтрак (младшие)</b>															
д/рел. Сер. №6 т/в 9/2017г.	Фрукты (яблоко)	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
г/р. №235 от 23.12.2019г.	Жаркое из птицы (куриных грудок)	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
Ж/23/2017г.	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
Ж/37/2017г.	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
Ж/37/2017г.	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
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>80,66</b>	<b>19,46</b>	<b>19,25</b>	<b>82,44</b>	<b>611,94</b>	<b>0,41</b>	<b>62,16</b>	<b>29,10</b>	<b>3,64</b>	<b>93,59</b>	<b>289,73</b>	<b>106,06</b>	<b>7,00</b>
<b>СРЕДА</b>															
<b>Горючий завтрак (младшие)</b>															
г/р. №294 от 25.12.2019г.	Копченый Эндорове из куриных грудок	90		11,20	10,96	24,82	229,63	0,08	0,68	58,65	1,02	23,96	169,50	25,65	2,15
Ж/03/2017г.	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/3		4,60	7,19	20,56	165,30	0,12	0,00	12,00	0,37	9,17	109,77	72,03	2,43
Ж/37/2015	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
Ж/37/2015	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
Ж/37/2015	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
	<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>80,66</b>	<b>20,19</b>	<b>18,77</b>	<b>80,22</b>	<b>558,85</b>	<b>0,28</b>	<b>3,51</b>	<b>70,65</b>	<b>2,15</b>	<b>61,97</b>	<b>348,17</b>	<b>118,38</b>	<b>6,42</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>															
<b>Горючий завтрак (младшие)</b>															

