

«УТВЕРЖДЕНО»

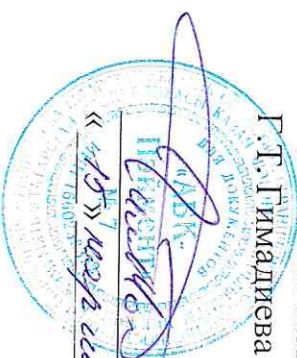
Заместитель руководителя  
Исполнительного комитета НМР РТ -  
начальник управления образования  
Р.М. Гиммадилова



«15» марта 2021 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор  
ООО «АБК-Пэймент»  
Г.Г. Гимадиева



«15» марта 2021 г.

### ООО «АБК-Пэймент»

Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Дополнительного питания (обед) для обучающихся начальных классов (с 7 до 11 лет) общеобразовательных  
организаций Нижнекамска и Нижнекамского района

**ООО "АБК-Привент"**  
 Примерное инвентарное меню группы продолжительного дня для учащихся младших классов (с 7 до 11 лет)  
 г. Нижнекамск и Нижнекамского района

1 неделя		2-ой день (вторник)													
№ Сборника рецептур	Наименование блюда	цена	выгода	белки	жиры	углеводы	ККАЛ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
174/2017	Суп - лапша домашняя с картофелем	250	2,56	2,75	15,69	109	0,09	6,075	0,25	36,40	29,5	57,73	23,8	1	0,47
174/2017	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным на помид	150/5	4,62	5,81	29,65	189,00	0,06	0,25	36,40	0,25	137,00	137,00	30,50	4,50	0,68
ТТК, акт 15	Печенье	40	1,26	1,48	34,76	160,00	0,01	0,90	0,00	0,00	7,20	16,20	4,50	0,00	0,40
376/2017	Чай черничный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,40	34,10	9,10	0,52
ТТК, акт 15	Хлеб севский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,25	37,30	30,47	211,03	211,10	45,10	2,07	
	<b>ИТОГО</b>		<b>11,99</b>	<b>23,80</b>	<b>206,66</b>	<b>506,09</b>	<b>6,19</b>	<b>0,25</b>	<b>37,30</b>	<b>30,47</b>	<b>211,03</b>	<b>211,10</b>	<b>45,10</b>	<b>2,07</b>	
<b>2-ой день (вторник)</b>															
103 /2017	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,42	4,7	21,03	163,47	0,13	9,96	2,2	1,79	37,41	103,94	36,27	1,525	
223/2017	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	23,95	21,32	21,84	383,00	0,14	1,00	1,20	2,15	331,75	467,25	61,00	1,25	
349/2017	Хлебцы из сухарюшка	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,72	0,40	0,51	32,48	23,44	17,46	0,69	
ТТК, акт 15	Хлеб севский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,25	37,30	30,47	211,03	211,10	45,10	2,07	
	<b>ИТОГО</b>		<b>32,93</b>	<b>26,91</b>	<b>91,88</b>	<b>771,27</b>	<b>0,33</b>	<b>11,68</b>	<b>3,40</b>	<b>4,85</b>	<b>410,34</b>	<b>628,73</b>	<b>123,83</b>	<b>3,99</b>	
<b>3-ий день (среда)</b>															
102/2017,	Суп картофельный с горошком, с грецкими на слив масле	250/10	7,73	5,43	24,14	185,07	0,255	5,83	45,33	2,63	46,3	101,8	40,77	2,05	
123/2016	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным на помид	150/5	11,73	15,39	52,96	396,00	0,20	1,13	1,43	1,43	72,53	251,00	174,67	5,31	
173/2017	Кисель	200			10,00	119,00				0,40	8,20	34,10	9,10	0,52	
400/2015	Хлеб севский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,25	37,30	30,47	211,03	211,10	45,10	2,07	
ТТК, акт 15	<b>ИТОГО</b>		<b>22,36</b>	<b>21,62</b>	<b>104,10</b>	<b>790,07</b>	<b>0,50</b>	<b>6,96</b>	<b>45,33</b>	<b>4,46</b>	<b>127,23</b>	<b>386,90</b>	<b>224,54</b>	<b>7,91</b>	
<b>4-ий день (четверг)</b>															
88/2017	Шт из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10	1,5	1,8	4,8	6	73	0,01	8,04	23,4	0,15	30,4	26,2	10,4	
№173/2017	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным на помид	150/5	5,00	8,20	30,30	215,00	0,07	0,25	36,30	0,63	140,56	117,50	20,60	0,47	
376/2017	Чай черничный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,40	34,10	9,10	0,52	
ТТК, акт 15	Хлеб севский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,25	37,30	30,47	211,03	211,10	45,10	2,07	
	<b>ИТОГО</b>		<b>23,36</b>	<b>10,82</b>	<b>68,35</b>	<b>378,00</b>	<b>73,11</b>	<b>0,26</b>	<b>44,34</b>	<b>24,43</b>	<b>149,81</b>	<b>182,00</b>	<b>55,90</b>	<b>11,79</b>	
<b>5-ий день (пятница)</b>															
96/2017	Расолинник Ленинградский со сметаной	250/5	1,87	6,59	12,34	123,45	0,09	8,415	10	2,38	37,95	62,83	25,08	0,945	
173/2017	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным на помид	150/5	6,28	7,55	25,60	195,00	0,15	0,25	37,70	0,68	156,02	193,50	55,70	1,31	
№ 376/2017	Чай черничный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,40	34,10	9,10	0,52	
ТТК, акт 15	Хлеб севский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,25	37,30	30,47	211,03	211,10	45,10	2,07	
	<b>ИТОГО</b>		<b>11,51</b>	<b>14,96</b>	<b>71,19</b>	<b>475,45</b>	<b>0,28</b>	<b>8,67</b>	<b>47,70</b>	<b>3,46</b>	<b>203,07</b>	<b>290,43</b>	<b>89,88</b>	<b>3,18</b>	
<b>6-ой день (суббота)</b>															
98/2017	Суп крестьянский с крупой	250	6,16	8,49	7,47	113,15	0,05	11,98	4,4	2,9	47,8	85,98	24,1	1,04	
173/2017	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным на помид	150/5	6,19	7,12	28,18	203	0,16	0,23	35	0,248	140,42	179,3	48,1	1,283	
Акт 2012	Надпиток из замороженных ягод (клюквы или черная смородина)	200	0,04	0,03	28,08	114,60	0,02	26,00	0,40	0,40	18,00	18,00	12,00	0,80	
ТТК, акт 15	Хлеб севский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,25	37,30	30,47	211,03	211,10	45,10	2,07	
	<b>ИТОГО</b>		<b>15,29</b>	<b>16,44</b>	<b>80,73</b>	<b>520,25</b>	<b>0,27</b>	<b>38,21</b>	<b>39,40</b>	<b>3,95</b>	<b>214,92</b>	<b>317,38</b>	<b>93,30</b>	<b>3,64</b>	
	<b>Итого за 6 дней:</b>		<b>117,44</b>	<b>114,55</b>	<b>622,91</b>	<b>3441,13</b>	<b>80,66</b>	<b>66,03</b>	<b>217,47</b>	<b>71,62</b>	<b>1316,40</b>	<b>2016,54</b>	<b>632,55</b>	<b>32,57</b>	

**ООО "АБК-Паймент"**  
 Примерное питательное меню группы продленного дня для учащихся младших классов (с 7 до 11 лет)  
 г. Нижнекамский и Нижнекамского района

2 недели															
<u>1-й день (понедельник)</u>		цена	выход	белки	жиры	углеводы	ККАЛ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
№ Сборник рецептур	Наименование блюда														
	№ 82/2017	Борщ из свежей капусты, с картофелем	250	1,8025	7,92	10,33	103,75	0,05	10,675	0	2,4	49,725	54,6	26,125	1,225
	174/2017	Каша пшеница молочная с маслом сливочным на слив	150/5	4,62	5,81	189,00	0,06	0,25	36,40	0,25	137,00	137,00	30,50	0,47	0,40
	№ 376/2017	Чай черничный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,40
ТТК, акт 15	Хлеб сельский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,04	0,40	8,70	34,10	9,10	0,52		
<b>ИТОГО</b>		<b>32</b>	<b>9,78</b>	<b>14,55</b>	<b>73,23</b>	<b>449,75</b>	<b>0,15</b>	<b>10,93</b>	<b>36,40</b>	<b>3,05</b>	<b>195,83</b>	<b>225,70</b>	<b>65,73</b>	<b>2,62</b>	
<u>2-ой день (вторник)</u>															
9/7/2017 ТТК	Суп картофельный	250	5,15	5,24	20,28	163	0,16	14,64	5,82	1,63	41,9	109,68	39,71	1,63	
	Печенье	40	1,26	1,48	34,76	160,00	0,01	0,90	0,90	0,32	7,20	16,20	4,50	0,68	
	173/2017	Каша пшеница молочная с маслом сливочным на слив	150/5	11,73	15,39	52,96	396,00	0,20	1,13	45,33	1,43	72,53	251,00	174,67	5,31
	№ 348/2017	Компот из яблок	200	0,75	0,06	27,93	116,40	0,01	0,60	0,82	33,22	22,80	18,16	0,48	
ТТК, акт 15	Хлеб сельский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,04	0,40	8,70	34,10	9,10	0,52		
<b>ИТОГО</b>		<b>32</b>	<b>21,79</b>	<b>22,97</b>	<b>152,93</b>	<b>925,40</b>	<b>0,42</b>	<b>16,37</b>	<b>52,05</b>	<b>4,60</b>	<b>163,55</b>	<b>433,78</b>	<b>246,14</b>	<b>8,62</b>	
<u>3-ий день (среда)</u>															
9/6/2017	Расоляник Ленинградский со сметаной	250/5	2,15	5,84	12,16	155,35	0,095	8,395	5	0	33,55	59,78	24,63	0,935	
	№173/2017	Каша пшеница молочная с маслом сливочным на слив	150/5	5,00	8,20	30,30	215,00	0,07	0,25	36,30	0,63	140,56	117,50	20,60	0,47
	376/2017	Чай с шиповником и сахаром	200/10/1	4,90	5,00	32,50	90,00	0,02	0,15	9,60	0,09	107,30	95,20	26,00	0,84
	ТТК, акт 15	Хлеб сельский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,04	0,40	8,70	34,10	9,10	0,52	
<b>ИТОГО</b>		<b>32</b>	<b>14,95</b>	<b>19,84</b>	<b>91,96</b>	<b>650,35</b>	<b>0,23</b>	<b>8,80</b>	<b>50,90</b>	<b>1,12</b>	<b>290,11</b>	<b>306,58</b>	<b>80,33</b>	<b>2,77</b>	
<u>4-ый день (четверг)</u>															
ТТК№300	Суп - лапша домашняя с картофелем	250	4,76	3,83	11,7	127,32	0,06	5,055	14,7	2,65	30,92	61,34	14,217	0,82	
	173/2017	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным на слив	150/5	6,19	7,12	28,18	203	0,16	0,23	3,5	0,248	140,42	179,3	48,1	1,283
	№ 376/2017	Чай черничный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,40	
	ТТК, акт 15	Хлеб сельский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,04	0,40	8,70	34,10	9,10	0,52	
<b>ИТОГО</b>		<b>32</b>	<b>14,31</b>	<b>11,77</b>	<b>73,13</b>	<b>486,82</b>	<b>0,26</b>	<b>5,29</b>	<b>49,70</b>	<b>3,30</b>	<b>180,44</b>	<b>274,74</b>	<b>71,42</b>	<b>3,02</b>	
<u>5-ый день (пятница)</u>															
88/2017	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10	15	1,8	4,8	6	73	0,01	8,04	23,4	0,15	30,4	26,2	10,4	
	174/2017	Каша крупа гречневая молочная с маслом сливочным на слив	150/5	6,28	7,55	25,59	195,00	0,15	0,25	37,70	0,68	156,02	193,50	55,70	1,31
	№ 376/2017	Чай черничный с сахаром, с медом	200/15/1/1	0,46	0,02	16,25	67,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,40	
	ТТК, акт 15	Хлеб сельский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,04	0,40	8,70	34,10	9,10	0,52	
<b>ИТОГО</b>		<b>32</b>	<b>83,16</b>	<b>73,39</b>	<b>393,82</b>	<b>2632,34</b>	<b>74,15</b>	<b>28,42</b>	<b>246,94</b>	<b>33,32</b>	<b>1106,37</b>	<b>1420,64</b>	<b>394,49</b>	<b>24,20</b>	
<u>6-ой день (суббота)</u>															
116/2017	Суп с крутой с помидом	250	4,95	4,41	21,89	105,96	0,01	1,48	36,30	2,33	23,88	30,2	7,48	0,58	
	№ 98/2017	Омлет картофельный с маслом сливочным	150/5	15,16	19,08	2,73	243,38	0,07	0,25	0,63	140,56	117,50	20,60	0,47	
	388/2017	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,04	1,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	
	ТТК, акт 15	Хлеб сельский / хлеб белый	20/20	2,90	0,80	17,00	90,00	0,04	0,04	0,40	8,70	34,10	9,10	0,52	
<b>ИТОГО</b>		<b>32</b>	<b>23,69</b>	<b>24,57</b>	<b>62,38</b>	<b>527,54</b>	<b>0,12</b>	<b>2,73</b>	<b>36,30</b>	<b>4,12</b>	<b>194,48</b>	<b>185,24</b>	<b>40,62</b>	<b>2,21</b>	