

Согласовано

Начальник территориального отдела
Управления Роспотребнадзора по
Республике Татарстан (Татарстан) в
Нижнекамском районе и г.Нижнекамск

Р.М.Изятуллин

«12» _____ 2020 г.

Согласовано

Руководитель общеобразовательного учреждения



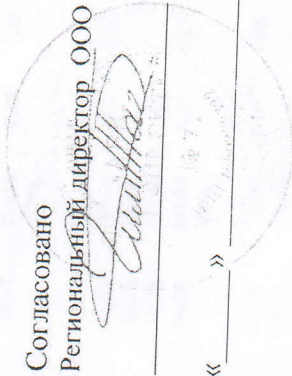
Гимадиева Г.Т.

(Фамилия Имя Отчество)

« _____ » _____ 2020 г.

Согласовано

Региональный директор ООО «АБК-Пэймент»



Г.Т. Гимадиева

« _____ » _____ 2020 г.

ООО «АБК-ПЭЙМЕНТ»

Примерное двенадцатидневное меню

для организации дополнительного питания для обучающихся начальных классов
сельских общеобразовательных организаций Нижнекамского района на 2020/2021 учебный год

ООО "АВК-Пэймент"
МЕНЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ (ОБЕД)

для учащихся сельских школ Нижнекамского района с 7 лет до 11 лет
на осенне-зимний период

1 - я неделя

№ Сборника рецептов	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ПОНЕДЕЛЬНИК														
Завтрак														
№283/2017	Суп картофельный с горохом	200	6,75	4,25	19,50	124,10	0,24	7,12	17,75	0,38	31,40	101,80	38,13	1,90
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб сельский	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		10,51	5,57	56,65	294,10	0,29	7,12	17,75	0,88	40,20	129,10	44,03	2,30
						13%								
ВТОРНИК														
Завтрак														
174/2017	Каша рисовая молочная с маслом сливочным на полив	150/5	4,62	5,81	29,65	189,00	0,06	0,25	36,40	0,25	137,00	137,00	30,50	0,47
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб белый 1с	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		8,38	7,13	66,80	359,00	0,11	0,25	36,40	0,75	145,80	164,30	36,40	0,87
						15%								
СРЕДА														
Борщ со свеж. капустой, картофелем, сметаной														
№82/2017	Борщ со свеж. капустой, картофелем, сметаной	200/5	1,47	3,41	10,30	76,70	0,04	7,98	21,40	0,29	36,56	48,07	20,55	0,99
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб сельский	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		5,23	4,73	47,45	246,70	0,09	7,98	21,40	0,79	45,36	75,37	26,45	1,39
						10%								
ЧЕТВЕРГ														
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным на полив														
№ 297/2004	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным на полив	150/5	9,94	9,43	44,90	304,00	0,17	1,00	16,53	1,16	60,60	212,00	148,50	4,51
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб белый 1с	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		13,70	10,75	82,05	474,00	0,22	1,00	16,53	1,66	69,40	239,30	154,40	4,91
						20%								
ПЯТНИЦА														
Суп картофельный с лапшой домашней														
112/2016	Суп картофельный с лапшой домашней	200	2,75	2,63	19,25	113,00	0,09	7,00	10,63	0,25	15,75	78,80	24,00	0,90
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб сельский	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		6,51	3,95	56,40	283,00	0,14	7,00	10,63	0,75	24,55	106,10	29,90	1,30
						12%								
СУББОТА														
Каша пшеница молочная с маслом сливочным на полив														
№173/2017	Каша пшеница молочная с маслом сливочным на полив	150/5	6,45	6,68	29,88	205,00	0,16	0,23	35,00	0,25	140,40	179,30	48,10	1,28
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб белый 1с	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		10,21	8,00	67,03	375,00	0,21	0,23	35,00	0,75	149,20	206,60	54,00	1,68
						16%								
	Всего за 6 дней:		54,54	40,13	376,38	2031,80	1,06	23,58	137,71	5,57	474,51	920,77	345,18	12,45

2 - я неделя

№ Сборника рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ПОНЕДЕЛЬНИК														
№82/2017	Борщ со свеж. капустой, картофелем, сметаной	200/5	1,47	3,41	10,30	76,70	0,04	7,98	21,40	0,29	36,56	48,07	20,55	0,99
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб белый 1с	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		5,23	4,73	47,45	246,70	0,09	7,98	21,40	0,79	45,36	75,37	26,45	1,39
ВТОРНИК														
№173/2017	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным на полни	150/5	6,28	7,55	25,59	195,00	0,15	0,25	37,70	0,68	156,02	193,50	55,70	1,30
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб белый 1с	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		10,04	8,87	62,74	365,00	0,20	0,25	37,70	1,18	164,82	220,80	61,60	1,70
СРЕДА														
112/2016	Суп картофельный с лапшой домашней	200	2,75	2,63	19,25	113,00	0,09	7,00	10,63	0,25	15,75	78,80	24,00	0,90
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб сельский	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		6,51	3,95	56,40	283,00	0,14	7,00	10,63	0,75	24,55	106,10	29,90	1,30
ЧЕТВЕР														
№174/2017	Каша рисовая молочная с маслом сливочным на полни	150/5	4,62	5,81	29,65	189,00	0,06	0,25	36,40	0,25	137,00	137,00	30,50	0,47
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб белый 1с	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		8,38	7,13	66,80	359,00	0,11	0,25	36,40	0,75	145,80	164,30	36,40	0,87
ПЯТНИЦА														
№283/2017	Суп картофельный с горохом	200	6,75	4,25	19,50	124,10	0,24	7,12	17,75	0,38	31,40	101,80	38,13	1,90
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб сельский	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого:		10,51	5,57	56,65	294,10	0,29	7,12	17,75	0,88	40,20	129,10	44,03	2,30
СУББОТА														
№173/2017	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным на полни	150/5	5,49	5,91	26,59	181,00	0,33	0,56	84,70	1,52	351,03	435,40	125,00	2,94
376/2017	Чай черный с сахаром	200/15	0,46	0,02	16,25	67,00					0,40			0,40
ТТК, акт 15	Хлеб белый 1с	20	3,30	1,30	20,90	103,00	0,05			0,50	8,40	27,30	5,90	
	Итого за 6 дней:		129,67	119,25	379,04	1636,80	89,82	111,60	212,88	93,34	509,73	784,67	287,38	96,56
	Итого за 12 дней:		104,46	77,61	730,16	3930,60	2,26	46,74	346,29	11,93	1255,07	2079,14	674,46	23,35