

с 02.09.2024

«СОГЛАСОВАНО»

Директор

МБОУ СОШ № 1 г. Нижнекамск

А.И. Софеев



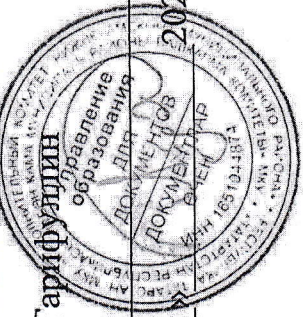
« 02 » сентября 2024 г

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления образования

Исполнительного комитета НМР РТ

А.Х.Гарифуллин



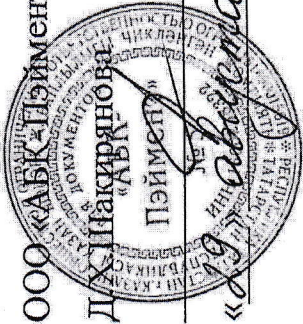
« 02 » сентября 2024 г

«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор

ООО «АБК-Пэймент»

Д.Х. Шакирханова



« 19 » августа 2024 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

		Выход	Стоимость, руб.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккан	Вl	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
1 - яя неделя																
Наименование продуктов																
ПОНЕДЕЛЬНИК																
№ Обслуж. ресторан	40	63,00	0,03	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	
№ 389/2017г.	180/5	258,12	0,07	6,24	11,16	35,23	258,12	0,07	0,64	29,93	0,10	89,05	104,60	24,96	0,54	
№ 752017г.	200	53,07	0,00	1,52	1,35	8,92	53,07	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25	
№ 3782017г.	75	195,52	0,08	5,60	2,16	35,36	195,52	0,08	0,00	0,00	1,27	14,18	48,51	9,70	0,90	
стр 134 табл 6. Дел. +2012	500	569,71	0,18	18,44	19,27	79,79	569,71	0,18	0,67	129,93	1,61	136,12	232,71	40,86	2,69	
Итого:																
№ 4182017г.	200/5	163,90	0,05	9,54	11,91	6,50	163,90	0,05	12,64	5,00	1,90	43,80	42,25	18,15	0,67	
№ 757 от 23.11.2017г.	90	248,00	0,06	6,40	11,14	35,71	248,00	0,06	1,79	14,38	1,41	16,80	130,71	16,90	1,79	
№ 260/2017г.	150/3	176,10	0,06	5,68	2,88	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86	
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	200	92,90	0,02	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	200	108,90	0,09	3,63	0,66	21,78	108,90	0,09	0,00	0,00	0,77	16,11	82,50	25,85	2,14	
Итого:	55	789,80	0,28	25,95	26,69	117,98	789,80	0,28	15,16	31,38	4,98	121,10	316,97	86,98	6,16	
№ 1732017г.	1203	1359,51	0,46	44,39	45,96	197,77	1359,51	0,46	15,83	161,31	6,59	257,22	549,68	127,84	8,85	
Хлеб ржаной	100	47,00	0,03	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого:	150/5	356,10	0,06	11,47	14,42	36,78	356,10	0,06	0,96	14,80	0,13	128,27	154,44	36,46	0,58	
Каши гречневая, молочная (вязкая) с маслом сливочным	200	60,10	0,04	3,17	2,68	9,98	60,10	0,04	1,30	20,00	0,00	125,78	90,00	14,00	0,13	
№ 379/2017г.	45	117,90	0,05	3,37	1,30	23,13	117,90	0,05	0,00	0,00	0,76	8,55	29,25	5,85	0,54	
Итого:	500	581,10	0,18	18,41	18,80	79,69	581,10	0,18	12,26	34,80	1,09	278,60	284,69	65,31	3,45	
Кофейный напиток с молоком	250	107,25	0,08	7,94	7,82	15,56	107,25	0,08	6,72	5,00	1,90	27,72	48,43	19,79	0,75	
Батон нарезной	180	404,1	0,32	13,58	16,26	52,09	404,1	0,32	6,14	0	4,59	53,03	362,12	15	1,30	
Итого:	500	581,10	0,18	18,41	18,80	79,69	581,10	0,18	12,26	34,80	1,09	278,60	284,69	65,31	3,45	
Обед (младшие)	250	29,99	0,01	0,59	0,59	2,94	29,99	0,01	8,91	0,00	6,93	23,50	15,21	7,20	0,28	
Рассольник Ленинградский	35	68,12	0,01	0,20	0,10	19,82	68,12	0,01	0,73	0,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14	
Запеканка картофельная с грибами	200	47,00	0,02	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22	
Капуста квашеная (салатная)	20	59,40	0,05	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17	
Напиток из яблок и клюквы	30	715,86	0,49	25,81	26,45	112,13	715,86	0,49	22,50	5,00	14,06	131,04	492,70	64,47	3,86	
Итого:	1215	1296,96	0,67	42,27	45,25	191,82	1296,96	0,67	34,76	39,80	15,15	409,64	777,39	129,78	7,31	
Хлеб пшеничный	60	153,60	0,03	2,37	0,87	34,92	153,60	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	
Хлеб ржаной	200	305,50	0,11	13,60	17,67	23,55	305,50	0,11	0,67	22,37	0,09	78,92	105,42	27,43	0,50	
Итого:	187/8/5	34,02	0,00	0,13	0,13	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34	
Всего:	500	104,80	0,05	2,99	1,15	20,56	104,80	0,05	0,00	0,00	0,76	8,55	29,25	5,85	0,54	
Батон нарезной	40	597,92	0,19	19,09	19,71	87,23	597,92	0,19	13,50	22,37	1,06	117,52	150,07	44,68	3,58	
Итого:	500	192,40	0,04	6,35	7,83	39,30	192,40	0,04	0,40	10,00	2,06	22,84	30,80	8,54	0,52	
Обед (младшие)	200	330,50	0,16	14,42	17,96	26,93	330,50	0,16	6,76	16,95	0,39	27,21	172,00	55,61	1,63	
Суп - лапша домашняя с картофелем	200	2,56	0,02	0,52	0,04	2,56	2,56	0,02	1,52	0,00	0,16	10,80	20,40	20,40	13,60	0,24
Плов из куриной грудки(50/150)	40															
Морковь, свежая(приготовление)	40															

МЗДОП/Г:	200	0,10	20,20	123,60	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37
Хлебопеченье и макаронные изделия												
Хлебопеченье: продукция питания												
таб. 6 стр. 134, 2012. Деят *												
Хлеб пшеничный												
МЗДОП/Г:	30	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
Хлеб ржаной												
Итого:	700	26,15	115,63	789,60	0,30	9,78	26,95	3,36	91,34	304,02	99,41	4,26
Всего:	1200	45,24	202,86	1387,52	0,49	23,28	49,32	4,42	208,86	454,09	144,09	7,84
ЧЕТВЕРГ												
МЗДОП/Г:	50	6,27	14,83	155,00	0,04	0,11	51,50	0,45	157,20	111,00	12,45	0,45
Завтрак (младшие)												
МЗДОП/Г:	180/5	4,99	28,81	206,30	0,16	0,86	33,52	133,70	210,28	63,74	1,55	0,60
Бургер/брод с сыром и маслом сливочным (30/15/5)												
МЗДОП/Г:	200	4,08	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43
МЗДОП/Г:	65	4,87	33,41	170,30	0,08	0,00	0,00	1,11	12,35	42,25	8,45	0,78
Какао с молоком												
МЗДОП/Г:	500	20,21	79,66	590,20	0,34	2,56	109,42	135,26	531,60	341,55	43,79	2,26
Батон нарезной												
Итого:	200/5	8,57	28,93	293,10	0,05	10,68	0,00	2,40	49,73	54,60	26,13	1,23
МЗДОП/Г:	90	6,60	13,79	169,80	0,20	0,41	43,01	1,65	33,88	177,84	45,06	1,64
Котлеты "Нежные" из куриных грудок												
МЗДОП/Г:	150/5	6,70	35,99	227,00	0,01	9,90	0,00	7,70	26,12	16,90	8,00	0,33
МЗДОП/Г:	200	0,75	15,95	68,52	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48
Каша пшеничная (вязкая) с маслом сливочным												
МЗДОП/Г:	50	3,30	19,80	36,64	0,08	0,00	0,00	0,70	14,65	75,00	23,50	1,95
Напиток из урюка												
МЗДОП/Г:	700	25,92	114,46	795,06	0,36	21,59	43,01	13,28	157,60	347,14	120,85	5,63
Хлеб ржаной												
Итого:	1200	46,13	194,12	1385,26	0,70	24,15	152,43	148,54	689,20	688,69	164,64	7,89
Всего:												
ПЯТНИЦА												
МЗДОП/Г:	100	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Завтрак (младшие)												
МЗДОП/Г:	120/30	15,55	40,33	398,93	2,27	55,55	78,88	5,67	428,93	442,84	51,83	1,30
Фрукты (яблоки)												
МЗДОП/Г:	200	0,07	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
МЗДОП/Г:	50	3,75	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
МЗДОП/Г:	500	19,77	83,83	608,93	2,36	65,58	78,88	6,72	465,32	489,14	68,73	4,35
Сырники из творога со ступенным молоком												
МЗДОП/Г:	200	8,35	66,83	318,60	0,18	4,66	0,00	1,94	34,14	70,48	28,46	1,64
МЗДОП/Г:	50/50	11,65	3,51	166,00	0,04	0,68	30,10	0,50	30,32	79,00	16,19	0,70
Плита тушеная в сметанно-томатном соусе												
МЗДОП/Г:	150/3	3,09	8,48	157,55	0,14	18,16	12,00	0,21	37,70	87,50	27,75	1,02
МЗДОП/Г:	200	0,16	10,91	46,60	0,00	0,00	0,00	0,00	13,67	0,00	0,00	0,90
МЗДОП/Г:	20	1,52	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Компот из свежих яблок												
МЗДОП/Г:	30	1,98	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
Хлеб пшеничный												
МЗДОП/Г:	703	26,75	111,45	795,15	0,43	23,50	42,10	3,29	128,62	294,98	89,30	5,65
МЗДОП/Г:	1203	46,52	195,28	1404,08	2,79	89,08	120,98	10,01	593,94	784,12	158,03	10,00
Хлеб ржаной												
Итого:	6021	224,55	981,85	6833,33	5,11	187,10	523,84	184,71	2158,36	3253,97	724,38	41,89
Всего за 5 дней:	1204	44,91	196,37	1366,67	1,02	37,42	104,77	36,94	431,77	650,79	144,88	8,38
В среднем на 1 учащегося:												

стр 134 №6 Дек 2012	Багтон нарезной	Итого:	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
№0201Пг	Обед (младшие)		500	19,91	20,09	80,05	569,66	0,17	3,50	22,37	0,95	102,47	142,32	36,33	
№0201Пг	Суп картофельный с вермишелью		200	6,15	7,47	9,06	194,60	0,09	6,60	0,00	0,00	1,14	23,36	54,06	21,82
№0201Пг	Котлеты Здоровые из куриных грудок		90	11,20	10,95	24,82	229,63	0,08	0,68	58,65	1,02	23,96	169,50	25,65	
№0201Пг	Каша гречневая (вязкая) с маслом сливочным		150/3	4,60	7,19	39,56	165,3	0,01	9,90	0,00	0,00	7,70	26,12	16,90	8,00
№0201Пг	Напиток из сухофруктов		200	0,70	0,10	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46
№0201Пг	Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,09	13,00	2,80	
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	
Итого:			703	26,81	26,35	121,15	808,63	0,28	17,91	58,65	10,74	121,64	336,90	94,53	
Всего:			1203	46,72	46,44	201,20	1378,29	0,45	21,41	81,02	11,69	224,11	479,22	130,86	
ЧЕТВЕРГ															
№0201Пг	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	
№0201Пг	Яйцо вареное		200	8,95	12,84	39,01	305,46	0,09	0,96	14,80	0,30	136,07	150,61	31,61	
№0201Пг	Каша кукурузная молотая		200	0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	
№0201Пг	Чай с сахаром, с шиповником		60	4,51	2,08	37,00	158,40	0,07	0,00	0,00	0,00	12,00	38,40	7,20	
№0201Пг	Багтон нарезной		500	18,67	19,54	84,49	560,88	0,19	0,99	114,80	0,54	180,96	268,61	45,01	
Итого:			250	8,04	8,00	26,50	211,90	0,05	12,64	5,00	1,90	43,80	42,25	18,15	
№0201Пг	Пиц из св.капусты с картофелем		90	11,40	9,91	24,86	179,59	0,04	0,25	26,66	0,38	18,65	72,18	13,97	
№0201Пг	Тефтели мясные с геркулесом		150/3	3,09	6,98	12,48	157,55	0,14	18,16	12,00	0,21	37,70	87,50	27,75	
№0201Пг	Сосиска отварная (беконная)		30	0,42	1,8	2,48	27,84	0,05	2	0	0	11,5	12,15	6,21	
№0201Пг	Сок фруктовый (нектар плодовой)		200	1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	
№0201Пг	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	
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	
Итого:			738	28,11	27,33	112,20	787,88	0,38	37,05	43,66	3,47	141,37	301,08	95,68	
Всего:			1238	46,78	46,87	196,69	1348,76	0,57	38,04	158,46	4,01	322,33	569,69	140,69	
ПЯТНИЦА															
№0201Пг	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	
№0201Пг	Фрукты (яблоки)		150/3	10,61	13,83	41,62	331,89	0,05	0,51	41,18	0,29	86,41	127,46	19,01	
№0201Пг	Каша ячневая молочная с маслом сливочным		200	4,08	3,54	58,60	244,40	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	
№0201Пг	Каша с молоком		50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	
№0201Пг	Багтон нарезной		503	18,84	19,22	79,73	568,49	0,20	12,10	65,58	1,34	263,68	295,52	55,85	
Итого:			200/5	9,94	10,82	15,56	183,90	0,08	6,72	5,00	1,90	27,72	48,43	19,79	
№0201Пг	Рассольник Ленинградский со сметаной		50/20/180	12,62	15,31	59,57	426,70	0,09	0,69	30,40	0,71	24,82	142,16	27,30	
№0201Пг	Сосиска с томатным соусом, с рисом отварным		200	0,16	0,16	10,91	46,60	0,00	0,00	0,00	0,00	13,67	0,00	0,00	
Итого:			200	0,16	0,16	10,91	46,60	0,00	0,00	0,00	0,00	13,67	0,00	0,00	

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Дата	Количество	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80
20		1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80
40		2,64	0,48	15,84	79,20	0,06	0,00	0,00	0,56	11,72	60,00	18,80
715	Итого:	26,88	26,93	111,72	783,40	0,25	7,41	35,40	3,39	81,93	263,59	68,69
1218	Всего:	45,72	46,15	191,45	1351,89	0,45	19,51	100,98	4,73	345,61	559,11	124,54
5612	Всего за 5 дней:	230,71	213,54	915,55	6373,71	2,66	153,80	471,26	178,32	1566,72	2636,16	665,57
1122	В среднем на 1 учащегося:	46,14	42,71	183,11	1274,74	0,53	30,76	94,25	35,66	313,34	527,23	133,11