

«СОГЛАСОВАНО»

*Директор*

*М.В. Бууч. ООИ и Трудовой*

*А.Ш. Сагдиев*

*А.Ш. Сагдиев*

«02» > *сентября* 2024 г



«СОГЛАСОВАНО»

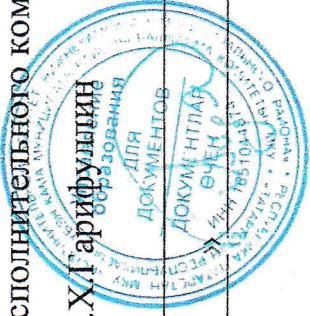
Начальник управления образования

Исполнительного комитета НМР РТ

А.Х.Г. ариффуллин

*А.Х.Г. ариффуллин*

« > 2024 г



«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор

ООО «АБК-Пэймент»

Д.Х. Шакирянова

*Д.Х. Шакирянова*

«09» > *августа* 2024 г



ООО «АБК-Пэймент»

Примерное цикличное меню горячего завтрака для учащихся младших классов (с 7 до 11 лет)  
общеобразовательных организаций г. Нижнекамска и Нижнекамского района РТ

№ Сборки рецептур	1 - я неделя	Выход	Стоимость, руб	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Наименование продуктов</b>															
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>															
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>															
№002017	Яйцо вареное	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
№002017	Котлеты Домашние с гречкой	90		6,40	11,14	35,71	248,00	0,06	1,79	14,38	1,41	16,80	130,71	16,90	1,79
№002017	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
№002017	Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
№002017	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
№002017	Итого:	503	80,66	20,20	20,13	86,71	587,17	0,17	1,82	126,38	2,67	65,60	261,38	34,52	4,12
<b>Всего:</b>															
<b>ВТОРНИК</b>															
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>															
№002017	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
№002017	Запеканка картофельная с птицей	180		13,58	16,26	52,09	404,1	0,32	6,14	0	4,59	53,03	362,12	15	1,30
№002017	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
№002017	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
№002017	Итого:	500	80,66	18,67	19,50	81,71	558,20	0,42	17,44	20,00	5,01	198,81	476,12	40,80	3,85
<b>СРЕДА</b>															
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>															
№002017	Бутерброд с повидлом(30/30)	60		2,37	0,87	34,92	153,60	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
№002017	Плов из куриной грудки(50/150)	200		14,42	17,96	26,93	330,50	0,16	6,76	16,95	0,39	27,21	172,00	55,61	1,63
№002017	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
№002017	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
№002017	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
№002017	Итого:	500	80,66	19,76	19,25	87,81	604,72	0,24	19,59	16,95	1,10	67,06	230,40	79,21	5,17
<b>ЧЕТВЕРГ</b>															
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>															
№002017	Сыр (перс)	10		2,63	2,66	0,00	34,33	0,00	0,07	21,00	0,04	100,00	60,00	5,50	0,07
№002017	Котлеты "Нежные" из куриных грудок	90		6,60	12,93	13,79	169,80	0,20	0,41	43,01	1,65	33,88	177,84	45,06	1,64
№002017	Каша пшеничная (вязкая) с маслом сливочным	150/3		6,70	4,38	35,99	227,00	0,01	9,90	0,00	7,70	26,12	16,90	8,00	0,33
№002017	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
№002017	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
№002017	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
№002017	Итого:	503	80,66	20,18	20,55	87,45	606,05	0,30	10,98	64,01	10,86	206,01	335,54	93,62	3,91
<b>ПЯТНИЦА</b>															
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>															
№002017	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

т.п. № 161 от 23.11.2012г.

Сырники из творога со стухенным молоком

120

1,30

№076/2017г.

Чай с сахаром

200

0,25

№16 стр 134, 2012 Д.с.ч.г.

Хлеб пшеничный

20

0,22

Хлеб ржаной

30

1,17

№16 стр 134, 2012 Д.с.ч.г.

Итого:

500

5,14

**СУББОТА**

Горячий завтрак (младшие)

стр 134 таб 6 Д.с.ч.г., 2012

Пенчене

20

0,70

№032/2017г.

Курица запеченная

90

1,30

№032/2017г.

Каша гречневая (вязкая) с маслом сливочным

150/3

0,33

№177/2015

Чай с сахаром и лимоном

187/8/5

0,34

Хлеб пшеничный

30

0,33

Хлеб ржаной

30

1,17

№16 стр 134, 2012 Д.с.ч.г.

Итого:

523

4,17

№16 стр 134, 2012 Д.с.ч.г.

Всего за 6 дней:

3029

26,36

№16 стр 134, 2012 Д.с.ч.г.

В среднем на 1 учащегося:

505

4,39

15,55	18,35	40,33	398,93	2,21	55,55	78,88	5,67	428,93	442,84	51,83	1,30
0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
19,52	19,29	79,85	584,33	2,37	65,58	78,88	6,51	468,61	514,64	79,13	5,14
1,48	1,88	5,42	62,14	0,06	0,00	0,00	1,85	13,00	42,00	5,70	0,70
9,55	9,49	0	200,66	0,32	6,14	0	4,59	53,03	362,12	15	1,30
4,60	7,19	39,56	165,3	0,01	9,90	0,00	7,70	26,12	16,90	8,00	0,33
0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
20,02	19,18	79,82	592,02	0,47	18,87	0,00	14,90	120,99	489,92	49,40	4,17
118,35	117,90	503,35	3532,49	3,97	134,28	306,22	41,05	1127,08	2308,00	376,68	26,36
19,73	19,65	83,89	588,75	0,66	22,38	51,04	6,84	187,85	384,67	62,78	4,39



ООО "АБК-Пэймент"

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

№ Сборник рецептур	Наименование продуктов	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углы-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>2 - ая неделя</b>															
<b>Наименование продуктов</b>															
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>															
№2017г.	Горячий завтрак (младшие)	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	0,45
№2342017г.	Буферод с сыром и маслом сливочным	90	8,58	8,98	16,21	170,2	0,05	0,29	4,68	4,52	39,13	147,33	34,13	1,30	1,30
№20242017г.	Биточки рыбные	150/3	3,68	2,88	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86	0,86
№3762017г.	Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	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	0,53
№3762017г.	Чай с сахаром, с яблоком	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	0,22
табл 6 стр 134, 2012 Депп+	Хлеб пшеничный	513	20,16	19,94	81,81	584,98	0,17	1,42	68,18	5,99	225,13	313,53	60,49	3,36	3,36
<b>Итого:</b>															
<b>ВТОРНИК</b>															
сборн. Стр. №6, таб 92012г.	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	2,20
таб. №235 от 25.12.2019г.	Фрукты (яблоко)	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	3,38
№3762017г.	Жаркое из птицы (куриных грудок)	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	0,25
№3762017г.	Чай с сахаром	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	0,22
табл 6 стр 134, 2012 Депп+	Хлеб пшеничный	520	19,00	19,05	80,40	599,54	0,38	62,16	29,10	3,44	88,80	257,73	94,76	6,05	6,05
<b>Итого:</b>															
<b>СРЕДА</b>															
№291 от 25.12.2019г.	Горячий завтрак (младшие)	90	11,20	10,95	24,82	229,63	0,08	0,68	58,65	1,02	23,96	169,50	25,65	2,15	2,15
№302 2017г.	Котлеты Здоровые из куриных грудок	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	2,43
№3771/2015	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	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	0,34
Хисоветы и квалификация российских педагогов питания табл 6 стр 134, 2012 Депп+	Чай с сахаром и лимоном	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	0,33
Хисоветы и квалификация российских педагогов питания табл 6 стр 134, 2012 Депп+	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	1,17
Хисоветы и квалификация российских педагогов питания табл 6 стр 134, 2012 Депп+	Хлеб ржаной	503	20,19	18,76	80,22	558,85	0,28	3,51	70,65	2,15	61,97	348,17	118,38	6,42	6,42
<b>Итого:</b>															
<b>ЧЕТВЕРГ</b>															
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>															
табл 6 стр 134, 2012 Депп+	Печенье	20	1,48	1,88	5,42	62,14	0,06	0,00	0,00	1,85	13,00	42,00	5,70	0,70	0,70

11,40	9,91	24,86	179,59	0,04	0,25	26,66	0,38	18,65	72,18	13,97	0,58
3,09	6,98	12,48	157,55	0,14	18,16	12,00	0,21	37,70	87,50	27,75	1,02
1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
1,63	0,03	9,90	33,00	0,04	0,00	0,00	0,35	7,32	37,50	11,75	0,97
20,12	18,96	82,70	564,08	0,32	22,41	38,66	3,21	94,67	266,18	69,97	6,29
<b>Итого:</b>											

0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
12,62	15,31	59,57	426,70	0,09	0,69	30,40	0,71	24,82	142,16	27,30	1,64
4,08	3,54	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43
1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
18,62	19,41	81,82	579,30	0,20	12,28	54,80	1,13	196,59	290,72	60,44	4,49
<b>Итого:</b>											

9,70	11,63	14,99	209,80	0,09	0,94	46,26	2,52	47,83	85,09	18,72	1,26
6,09	8,26	30,06	244,95	0,28	2,70	42,00	0,65	173,33	199,92	73,52	4,50
0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
20,12	20,51	79,69	616,65	0,45	3,67	88,26	3,92	246,84	352,31	111,94	7,51
<b>Итого:</b>											

Всего за 6 дней: 3117  
 В среднем на 1 участника: 520

**ПЯТНИЦА**

100	50/20/180	Горячий завтрак (младшие) Фрукты (яблоко)	об. рел. Стр. №6, №6 9/2012г.
200		Соусика с томатным соусом, с рисом отварным	таб. №5 от 06.08.2012г.
20		Какао с молоком	№ 382/2017г.
570		Хлеб пшеничный	таб. 6 стр. 134, 2012. Дека +
<b>Итого:</b>			

**СУББОТА**

90	150/3	Горячий завтрак (младшие) Котлета рубленая из куриной грудки	таб. № 134 стр. 109.23г.
200		Пюре гороховое с маслом сливочным	№ 199/2017г.
30		Чай с сахаром	№376/2017г.
30		Хлеб пшеничный	Хлебоства и хлебобулочные изделия расширенная продукция по плану таб. 6 стр. 134, 2012. Дека +
30		Хлеб ржаной	Хлебоства и хлебобулочные изделия расширенная продукция по плану таб. 6 стр. 134, 2012. Дека +
<b>Итого:</b>			