

**МЕНЮ**

**Для обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан**

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>1 НЕДЕЛЯ</b>															
<b>Понедельник 1 неделя</b>															
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	0,036	12,000	-	0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
№70/2015г.Дели	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ	60		0,480	0,060	1,020	8	0,012	3,000	-	0,060	13,800	14,400	8,400	0,360
ТТК от 2020г	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ ( п/ф )	90г		12,031	11,345	8,879	199	0,069	2,486	1,726	1,337	29,236	151,324	20,328	2,114
№303/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ(ГРЕЧНЕВАЯ)	150/5		3,540	8,268	22,068	177	0,154	-	41,000	0,321	15,260	96,292	54,930	1,848
№ 685 Сбор. рецеп. 2004 г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,210	0,050	15,020	61	-	-	-	-	0,450	-	-	0,045
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30		2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	<b>Итого:</b>		<b>0,00</b>	<b>20,021</b>	<b>20,643</b>	<b>82,507</b>	<b>616</b>	<b>0,318</b>	<b>17,486</b>	<b>42,726</b>	<b>2,396</b>	<b>86,706</b>	<b>307,436</b>	<b>101,658</b>	<b>7,709</b>
<b>Вторник 1 неделя</b>															
№54/2017г.Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	80г		0,884	4,929	9,071	85	0,017	7,359	-	2,206	23,103	25,343	13,591	1,197
ттк	ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ (грудки куриные)	50/150		15,695	15,178	23,955	295	0,222	27,825	28,500	2,174	35,535	197,840	47,778	2,260
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200		0,125	0,050	24,877	103	0,005	3,750	-	0,250	4,220	2,750	3,750	0,222
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30		2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<b>Итого:</b>		<b>0,00</b>	<b>19,98</b>	<b>20,597</b>	<b>81,663</b>	<b>598</b>	<b>0,291</b>	<b>38,934</b>	<b>28,5</b>	<b>5,068</b>	<b>71,618</b>	<b>258,153</b>	<b>72,319</b>	<b>4,381</b>
<b>Среда 1 неделя</b>															
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	0,036	12,000	-	0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
№47/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (без лука)	80		1,310	4,069	6,176	69	0,015	21,839	-	1,833	35,063	22,647	11,648	0,449
№260/2015г.Дели	ГУЛЯШ	50/50		10,031	14,678	2,845	157	0,061	2,440	-	2,598	14,890	159,066	20,920	2,340
№218/2016г.Дели	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		4,644	0,820	28,070	155	0,870	-	21,000	0,816	16,457	47,009	8,479	0,869
№ 686 2004 г, №377 Дели 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7		0,273	0,057	15,230	63	0,003	2,800	-	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30		2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	<b>Итого:</b>		<b>0,00</b>	<b>20,018</b>	<b>20,544</b>	<b>87,841</b>	<b>615</b>	<b>0,249</b>	<b>39,079</b>	<b>21</b>	<b>5,939</b>	<b>97,62</b>	<b>275,682</b>	<b>59,887</b>	<b>7,087</b>

<b>Четверг 1 неделя</b>															
ТТК	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60		1,140	5,340	4,620	71	0,012	4,200	-	1,860	24,600	22,200	9,000	0,420
ТТК от 2020г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ( из п/ф )	100г		12,082	6,341	6,635	141	0,118	0,572	37,744	0,960	94,055	244,509	48,062	0,981
№312/2015г,Дели	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	150/5		3,322	8,282	22,067	179	0,164	25,943	45,500	0,231	47,805	98,835	32,978	1,241
ТТК	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ ВИШНИ	200		0,200	0,050	23,802	109	0,008	3,750	-	0,075	9,970	7,500	6,500	0,197
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30		2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<b>Итого:</b>		<b>0,00</b>	<b>20,024</b>	<b>20,453</b>	<b>80,884</b>	<b>615</b>	<b>0,349</b>	<b>34,465</b>	<b>83,244</b>	<b>3,564</b>	<b>185,19</b>	<b>405,264</b>	<b>103,74</b>	<b>3,541</b>
<b>Пятница 1 неделя</b>															
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	0,036	12,000	-	0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
№52/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60		0,855	3,653	5,016	56	0,011	5,700	-	1,641	21,090	24,582	12,540	0,798
№265 Сбор.2015г Дели	ПЛОВ	50/150		14,405	15,978	24,664	261	0,106	3,510	-	3,931	22,131	240,284	51,154	2,932
№348/2015г,Дели	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (УРЮК)	200		1,000	0,080	22,560	128	0,020	0,800	-	1,100	33,800	30,400	21,800	0,700
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30		2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	<b>Итого:</b>		<b>0,00</b>	<b>20,02</b>	<b>20,631</b>	<b>87,760</b>	<b>616</b>	<b>0,22</b>	<b>22,01</b>	<b>-</b>	<b>7,35</b>	<b>104,981</b>	<b>340,686</b>	<b>103,494</b>	<b>7,772</b>
<b>Суббота 1 неделя</b>															
№70/2015г,Дели	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ	60		0,480	0,060	1,020	8	0,012	3,000	-	0,060	13,800	14,400	8,400	0,360
ТТК 2015г	ПЕЛЬМЕНИ "ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ" ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (грудки ЦБ 2020 г)	190/5		16,090	19,150	37,885	394	0,169	2,629	54,043	1,404	48,258	213,608	29,119	2,546
ТТК	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200		0,150	0,100	24,777	96	0,008	50,000	-	0,175	9,720	8,250	7,750	0,397
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30		2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	<b>Итого:</b>		<b>0,00</b>	<b>20,000</b>	<b>19,75</b>	<b>87,442</b>	<b>613</b>	<b>0,236</b>	<b>55,629</b>	<b>54,043</b>	<b>2,077</b>	<b>80,538</b>	<b>268,478</b>	<b>52,469</b>	<b>4,005</b>