Согласовано

— Российской общеобразовательного учреждения

муж в земемвие солод год з

Разработано и утвеждено
Директор ООО "АБК- Пэймент"

Р.Р.Рахматуллин

ADK-INDUMENT

## Примерное цикличное двенадцатидневное меню

Для организации дополнительного питания обучающихся группы продленного дня в общеобразовательных учреждениях Республики Татарстан / 0.6.3

## Примерное цикличное двенадцатидневное дополнительное меню для учащихся образовательных учреждений Черемшановского муниципального района Республики Татарстан

лика рецептур	Наименование продуктов	Выход,г	Белки	Жиры	Угл-ды	Энер.ценность (ККАЛ)	Bī	C	A	E	Са	P	Mg	Fe
	понедельник													
№ 174 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	200/3	7,29	12,75	48,40	337,90	0,09	0,91	64,19	0,41	132,60	147,20	30,10	1,61
№ 375,376 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	9,52	38,10	0,00	0,03	0,00	0,00	10,43	2,67	1,33	0,25
стр 144 табл 6 Хим.состав и														
калорийность продуктов питания Дели +,2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	433	9,34	13,13	69,81	435,39	0,14	0,94	64,19	0,83	151,72	194,86	45,54	3,02
	вторник													
№ 82 Сборник рецептур на прод. Для обучающ Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/5	2,63	5,85	11,11	116,23	0,05	10,70	5,00	2,42	55,88	57,65	26,58	1,24
№ 375,376 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	9,52	38,10	0,00	0,03	0,00	0,00	10,43	2,67	1,33	0,25
стр 144 табл 6 Хим.состав и калорийность продуктов														
питания Дели +,2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	485	4,68	6,22	32,52	213,72	0,10	10,72	5,00	2,84	75,00	105,32	42,01	2,65
	СРЕДА													
№ 119/2017,128/2016 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели	Суп гороховый на курином бульоне с гренками пшеничными	250/10	9,05	48,18	23,55	589,07	0,32	1,00	0,00	22,45	56,65	109,13	42,22	2,99
№ 388 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Напиток из шиповника	200	0,678	0,278	20,76	88,2	0,012	100	0	0,76	21,34	3,44	3,44	0,634
стр 144 табл 6 Хим.состав и калорийность продуктов питания Дели +,2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	490	11,70	48,82	56,19	736,67	0,38	101,00	0,00	23,63	86,69	157,57	59,76	4,79
	<b>HETBERI</b>							1						

	L-													
	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	200/3	7,18	13,34	35,33	291,23	0,18	1,11	67,24	0,23	132,24	176,49	45,33	1,18
,ик ,од. Для ,о всех образоват ,4ели +2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	9,52	38,10	0,00	0,03	0,00	0,00	10,43	2,67	1,33	0,25
144 табл 6 Хим состав и "алорийность продуктов питания Дели +,2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0,36	11.00	59,40	0,05			0,42	0.7	45	14.1	1.17
IIII ACIII ACIII 1,2012	Итого:	433	9,22	13,72	11,88	388,72	0,03	1,14	67,24	0,42	8,7 151,37	45 <b>224,16</b>	14,1 <b>60,77</b>	1,17 2,60
-										5,00	102,0	,		2,00
-	адинива									-				
№ 205 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Макароны отварные с овощами	200	7,22	9,27	36,68	259,53	0,09	3,36	4,20	2,31	32,87	92,33	38,66	1,84
№ 377 Сборник рецептур на прод Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,12	0,02	13,69	55,86	0,00	2,55	0,00	0,01	12,79	3,96	2,16	0,32
калорийность продуктов питания Дели +,2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	430	9,31	9,65	62,25	374,78	0,14	5,91	4,20	2,73	54,37	141,29	54,92	3,33
	СУББОТА													
№ 98 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Суп крестьянский с пшенной крупой, с куриными фрикадельками и сметаной	250/11/5	3,04	7,65	7,08	111,15	0,05	10,11	11,04	2,35	45,60	45,70	16,16	0,70
№ 375,376 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	9,52	38,10	0,00	0,03	0,00	0,00	10,43	2,67	1,33	0,25
стр 144 табл 6 Хим состав и калорийность продуктов питания Дели +,2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	496	5,09	8,03	28,48	208,65	0,10	10,14	11,04	2,77	64,73	93,37	31,59	2,11
	Всего за 6 дней:	2767	49,35	99,57	305,98	2357,93	1,09	129,86	151,67	33,46	583,88	916,56	294,59	18,51
						<del></del>								_
	понедельник													
всех образоват учрежд. Дели +2017	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	4,09	6,99	8,16	119,42	0,07	15,85	<b>7</b> ,20	2,44	56,02	74,89	26,12	1,01
	Кисель	200	0,6	0,1	30,2	123,6	0,002	1,1			15,7	16,3	3,36	0,37
калорийность продуктов питания Дели +,2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	496	6,67	7,45	50,24	302,42	0,12	16,95	7,20	2,86	80,42	136,19	43,58	2,55
												l		
	вторник													

			_		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·									
	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	200/3	5,81	12,83	31,93	267,42	0,10	0,91	64,19	0,20	127,75	150,16	35,45	0,78
ник . род. Для . ло всех образоват Дели +2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	9,52	38,10	0,00	0,03	0,00	0,00	10,43	2,67	1,33	0,25
µ 144 табл 6 Хим.состав и калорийность продуктов										-				
питания Дели +,2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	433	7,86	13,20	53,33	364,91	0,15	0,94	64,19	0,62	146,88	197,82	50,88	2,20
	СРЕДА													
№ 94 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной	250/10	2,28	6,59	12,34	123,45	0,10	8,42	10,00	2,38	37,95	62,83	25,08	0,95
№ 377 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,12	0,02	13,69	55,86	0,00	2,55	0,00	0,01	12,79	3,96	2,16	0,32
стр 144 табл 6 Хим.состав и калорийность продуктов питания Дели +,2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
-	Итого:	490	4,37	6,97	37,91	238,71	0,15	10,96	10,00	2,81	59,44	111,79	41,34	2,44
	LIMBERE													-
№ 173 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/3	8,25	12,71	42,25	316,94	0,13	0,91	64,19	0,76	140,50	211,66	42,22	2,23
№ 375,376 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	9,52	38,10	0,00	0,03	0,00	0,00	10,43	2,67	1,33	0,25
стр 144 табл 6 Хим состав и калорийность продуктов питания Дели +,2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	433	10,30	13,09	63,66	414,44	0,18	0,94	64,19	1,18	159,63	259,33	57,65	3,65
	АПИНТВП													
№ 103,288 Сборник рецептур на прод. Для обучающ. Во всех образоват учрежд. Дели +2017	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/10	5,65	6,10	11,62	132,55	0,05	0,50	14,50	2,61	32,45	52,80	12,68	2,65
ттк	Кисель	200	0,60	0,10	30,20	123,60	0,00	1,10			15,70	16,30	3,36	0,37
стр 144 табл 6 Хим.состав и калорийность продуктов														
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	490	8,2	6,6	53,7	315,6	0,1	1,6	14,5	3,0	56,9	114,1	30,1	4,2
	СМЕБОТА													
№ 173 Сборник рецептур	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	200/3	7,94	14,67	35,88	308,37	0,17	0,91	64,19	0,62	143,22	224,69	67,45	1,65

	апиток из шиповника					
		200	0,68	0,28	20,76	88,20
лим.состав и ь продуктов						
ели +,2012	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого:	433	10,60	15,31	68,52	455,97
	Bcero:	2775	48,03	62,59	327,37	2092,00
	Всего за 12 дней:	5542	97,38	162,15	633,34	4449,93
	В среднем на 1 учащегося в день	462	8,11	13,51	52,78	370,83

	10,0	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
	-							
	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	0,23	100,91	64,19	1,80	173,26	273,13	84,99	3,46
Ī	0,93	132,31	224,27	12,29	676,47	1092,36	308,57	18,48
	2,02	262,17	375,94	45,75	1260,36	2008,92	603,16	36,99
	0,17	21,85	31,33	3,81	105,03	167,41	50,26	3,08