



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 00E6AC03AA3D0C5115C4145F855499DBBF

Владелец: Азизова Галсиня Надершановна

Действителен с 06.12.2022 до 29.02.2024

Согласовано

Директор МБОУ "СОШ № 13" г.Альметьевска

Разработано и утверждено

Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"

_____ Э.Р. Харламова

Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1 по 4 КЛАССЫ

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход,г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
1 день														
№ 59 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Салат из моркови с яблоками	60	0.64	0.10	5.11	23.94	0.03	2.63	0.00	0.21	14.40	26.72	18.23	0.64
ТТК	Котлеты куриные	90	8.750	10.600	16.030	168	0.180	0.810	12.42	61.470	51.642	69.300	19.980	3.240
№ 203 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5.12	4.53	31.99	189.30	0.06	0.00	20.00	0.82	12.39	38.67	8.62	0.86
№349 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Компот из сухофруктов (75С)	200	0.66	0.09	22.03	92.90	0.02	0.73	0.00	0.51	32.48	23.44	17.46	0.70
	Печенье	40	3.70	4.70	4.85	51.50	0.07	0.00	0.00	1.85	13.00	42.00	15.00	0.70
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	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
	Итого:	565	20.19	20.26	87.93	565.24	0.38	4.16	32.42	65.14	129.71	230.12	88.69	6.92
2 день														
№ 15 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Сыр порционно	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
№ 260 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Гуляш из говядины	50/50	9.45	10.71	22.89	221.00	0.03	0.92		2.61	21.81	154.15	22.03	3.06
№ 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	4.61	6.32	27.79	207.00	0.21	0.00	20.00	0.45	25.19	208.85	140.52	4.72
№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0.13	0.02	10.20	42.00		2.83		0.01	14.05	4.40	2.40	0.34
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	50	3.04	0.32	19.68	94.00	0.04	0.00	0.00	0.44	8.00	26.00	5.60	0.44
	Итого:	510	19.86	20.03	80.56	598.33	0.29	3.82	41.00	3.55	169.05	453.40	176.05	8.63
3 день														
№ 293 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017, 366/2016	Птица запеченная с томатным соусом	90/20	12.00	10.04	8.60	195.10	0.10	3.04	64.92	1.70	47.55	162.01	24.73	1.65
№ 304 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/5	3.74	7.02	39.23	209.00	0.03	0.00	20.00	0.33	2.57	62.45	16.34	0.54
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0.07	0.02	10.00	40.00		0.03			10.95	2.80	1.40	0.26
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1.520	0.160	9.840	47	0.022	0	0	0.220	4.000	13.000	2.800	0.220
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	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
	Итого:	505	18.65	17.48	75.59	530.70	0.19	3.07	84.92	2.53	70.87	270.26	54.67	3.45
4 день														

№ 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели - 2017	Салат из белокочанной капусты	60	0.79	1.95	3.88	36.24	0.01	10.26	0.00	5.03	14.98	16.98	9.05	0.28
№ 229 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	9.15	5.62	7.80	105.00	0.05	3.73	5.82	2.52	39.07	162.19	48.53	0.85
№ 312 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3.10	8.43	20.51	170.25	0.14	18.16	20.00	0.23	38.18	88.10	27.75	1.02
№ 342 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Компот из свежих яблок (75 С)	200	0.16	0.16	13.91	58.74	0.01	0.90	0.00	0.08	14.18	4.40	5.14	0.95
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1.520	0.160	9.840	47	0.022	0	0	0.220	4.000	13.000	2.800	0.220
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	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
	Итого:	555	16.04	16.56	63.86	456.83	0.27	33.05	25.82	8.37	116.21	314.67	102.67	4.10
5 день														
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184 , 2012 Дели +	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00		0.20	16.00	11.00	9.00	2.20
№ 15 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Сыр порционно	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
№279,331 Сбор.рец. На прод-ию для питания детей в дошк образоват учрежд-Дели 2017	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7.284	11.94	8.36	123.99	0.048	0.276	29.620	0.4205	20.726	80.202	15.521	0.640
№ 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Каша гречневая рассыпчатая	150	4.57	1.23	27.73	174.00	0.210	0.000	0.000	0.4	23.990	207.350	140.520	4.710
№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0.13	0.02	10.20	42.00		2.83		0.01	14.05	4.40	2.40	0.34
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	25	1.65	0.30	9.90	49.50	0.04	0.00	0.00	0.35	7.25	37.50	11.75	0.98
	Итого:	585	16.66	16.55	65.99	470.82	0.33	13.18	50.62	1.42	182.02	400.45	184.69	8.94
6 день														
№ 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Салат из моркови с сахаром	60	0.74	0.06	6.58	49.02	0.03	2.02	0.00	8.04	15.46	31.66	21.63	0.40
ТТК	Котлеты "Аппетитные"	90	7.74	10.84	14.78	206.10	0.07	0.47	23.13	2.82	28.60	117.59	23.13	1.84
№ 199 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Гороховое пюре с маслом сливочным	150/5	5.62	5.04	34.99	208.50	0.50	0.00	20.00	0.50	94.11	212.33	61.70	4.69
№ 379 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Кофейный напиток	200	3.17	2.68	5.97	60.70	0.04	1.30	20.00	0.00	125.78	90.00	14.00	0.13
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1.520	0.160	9.840	47	0.022	0	0	0.220	4.000	13.000	2.800	0.220
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1.320	0.24	7.920	40	0.034	0	0	0.280	5.800	30.000	9.400	0.780
	Итого:	545	20.10	19.01	80.08	610.92	0.70	3.78	63.13	11.86	273.75	494.57	132.65	8.06
	Итого за 6 дней 1 недели:	3265	111.503	109.898	454.014	3232.847	2.16127	61.0555	297.91	92.8625	941.5963	2163.4734	739.4278	40.0893

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
2-ая неделя														
1 день														
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 186, 2012 Дели +	Плоды и ягоды свежие (апельсины)	100	0.8	0.2	8.05	43	0.04	60		0.2	34	23	13	0.3
№ 234,330 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Биточки рыбные	90	9.680	8.380	4.156	156.40	0.072	0.594	8.460	4.518	64.692	166.914	37.026	1.314
№ 304 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/5	3.740	7.020	39.230	209.00	0.026	0.000	20.000	0.330	2.570	62.450	16.335	0.540
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром,с яблоком	180/10/10	0.11	0.06	10.99	45.05	0.00	1.03		0.02	12.70	3.90	2.30	0.50
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1.320	0.240	7.920	40	0.034	0	0	0.280	5.800	30.000	9.400	0.780
	Итого:	565	15.65	15.90	70.35	493.05	0.17	61.62	28.46	5.35	119.76	286.26	78.06	3.43
2 день														
ТТК	Бутерброд с сыром (45/15)	60	7.26	4.35	22.14	157.25	0.05	0.11	31.50	0.56	159.00	119.25	14.55	0.60
№143,241 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Овощи тушеные с мясом	50/150	8.01	13.78	22.34	211.35	0.11	18.78	39.00	0.00	68.94	172.79	38.24	2.68
ТТК	Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5	0.24	0.09	12.42	54.20	0.00	50.03	0.00	0.19	13.95	3.65	2.25	0.41
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	82.25	0.04	0.00	0.00	0.39	7.00	22.75	4.90	0.39
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.03	0.00	0.00	0.28	5.80	30.00	9.40	0.78
	Итого:	525	20.15	18.86	86.00	564.45	0.25	68.92	70.50	1.41	254.69	348.44	69.34	4.86
3 день														
№ 52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели - 2017	Салат из свеклы отварной	60	0.84	3.61	4.96	55.68	0.01	3.99	0.00	1.62	21.28	24.38	12.42	0.79
ТТК	Котлеты куриные	90	8.75	4.16	16.63	168.00	0.18	0.81	12.42	61.47	51.64	69.30	19.98	3.24
№ 312 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3.10	8.43	20.51	170.25	0.14	18.16	20.00	0.23	38.18	88.10	27.75	1.02
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0.07	0.02	10.00	40.00		0.03			10.95	2.80	1.40	0.26
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	30	1.980	0.360	11.880	59	0.034	0	0	0.280	5.800	30.000	9.400	0.780
	Итого:	565	14.74	16.58	63.98	493.33	0.36	22.99	32.42	63.60	127.85	214.57	70.95	6.09
4 день														
№279,331 Сбор.рец. На прод-ию для питания детей в дошк образоват учрежд-Дели 2017	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7.284	11.940	8.360	124	0.048	0.276	29.620	0.421	20.726	80.202	15.521	0.640
№ 203 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	5.10	3.62	31.96	176.10	0.06	0.00	12.00	0.80	11.91	38.07	8.62	0.86
ТТК	Напиток из свежих фруктов (75С)	200	0.34	0.17	11.48	63.60	0.02	3.17	0.00	0.13	16.67	7.05	7.78	0.88

Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	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
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1.320	0.240	7.920	40	0.034	0	0	0.280	5.800	30.000	9.400	0.780
	Итого:	525	15.56	16.13	69.56	450.29	0.18	3.45	41.62	1.85	59.11	168.32	44.12	3.38
5 день														
№ 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели - 2017	Салат из свежей капусты с морковью	60	0.79	1.95	3.88	36.24	0.01	10.26	0.00	5.03	14.98	16.98	9.05	0.28
№ 265 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели - 2017	Плов из говядины с рисом	50/150	16.03	18.16	45.91	415.89	0.07	1.80	0.00	4.00	18.14	242.92	51.52	3.39
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром,с яблоком	180/10/10	0.11	0.06	10.990	45	0.003	1.03		0.02	12.700	3.9	2.3	0.500
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	25	1.900	0.200	12.300	59	0.028	0	0	0.275	5.000	16.250	3.500	0.275
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1.320	0.240	7.920	40	0.034	0	0	0.280	5.800	30.000	9.400	0.780
	Итого:	505	20.15	20.61	80.99	595.53	0.15	13.08	0.00	9.61	56.62	310.05	75.77	5.23
6 день														
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184 , 2012 Дели +	Флоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00		0.20	16.00	11.00	9.00	2.20
№ 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Котлеты по-домашнему	90	11.18	10.21	27.09	223.90	0.15	0.22	3.07	2.55	15.12	117.35	18.04	1.91
№ 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	4.61	6.32	27.79	207.00	0.21	0.00	20.00	0.45	25.19	208.85	140.52	4.72
№ 382 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Какао с молоком	200	2.690	3.544	7.578	80	0.056	1.588	24.400	0.000	152.220	124.560	21.340	0.478
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1.320	0.240	7.920	40	0.034	0	0	0.280	5.800	30.000	9.400	0.780
	Итого:	565	20.20	20.71	80.18	597.10	0.48	11.81	47.47	3.48	214.33	491.76	198.30	10.09
	Итого за 6 дней 2 недели:	3250	106.459	108.792	451.056	3193.752	1.59823	181.869	220.4732	85.2978	832.3566	1819.4117	536.5468	33.0751
	ВСЕГО за 12 дней:	6515	217.96	218.69	905.07	6426.60	3.76	242.92	518.38	178.16	1773.95	3982.89	1275.97	73.16
	В среднем на 1 учащегося в день:	543	18.16	18.22	75.42	535.55	0.31	20.24	43.20	14.85	147.83	331.91	106.33	6.10

Согласовано

Руководитель общеобразовательного учреждения

Разработано и утверждено

Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"

_____ Э.Р. Харламова



Примерное циклическое десятидневное меню

Для организации питания обучающихся общеобразовательных организаций Республики Татарстан
в возрасте с 12 лет и старше (5-11 классы)

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 5 по 11 КЛАССЫ

(общеобразовательные организации с режимом обучения до 6 часов)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход,г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
1 день														
№ 59 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Салат из моркови с яблоками	100	1.06	0.17	8.52	39.90	0.05	4.38	0.00	0.35	23.99	44.53	30.39	1.07
ТТК	Котлеты куриные с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным	90/150/5	15.10	20.93	40.12	387.30	0.24	0.81	32.42	62.29	64.03	107.97	28.60	4.10
№349 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Компот из сухофруктов (75С)	200	0.66	0.09	22.03	92.90	0.02	0.73	0.00	0.51	32.48	23.44	17.46	0.70
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	30	2.280	0.240	14.760	71	0.033	0	0	0.330	6.000	19.500	4.200	0.330
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	13.86	69.30	0.06	0.00	0.00	0.49	10.15	52.50	16.45	1.37
Итого:		610	21.41	21.85	99.29	659.90	0.40	5.91	32.42	63.97	136.66	247.94	97.09	7.56
2 день														
№ 15 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Сыр порционно	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
№ 260 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Гуляш из говядины	50/50	9.45	11.71	22.89	221.00	0.03	0.92		2.61	21.81	154.15	22.03	3.06
№ 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/3	5.55	6.93	37.71	276.56	0.25	0.00	11.98	0.50	29.51	249.72	168.62	5.66
№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0.13	0.02	10.20	42.00		2.83		0.01	14.05	4.40	2.40	0.34
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1.520	0.160	9.840	47	0.022	0	0	0.220	4.000	13.000	2.800	0.220
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56
Итого:		553	21.92	21.96	96.48	700.09	0.38	3.82	32.98	3.94	180.97	541.27	220.15	10.91
3 день														
№ 293 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017, 366/2016	Птица запеченная с томатным соусом	90/20	12.00	10.04	8.60	195.10	0.10	3.04	64.92	1.70	47.55	162.01	24.73	1.65
№ Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Рис отварной рассыпчатый	200	4.19	8.72	45.87	256.82	0.03	0.00	0.00	0.38	1.82	81.26	21.78	0.70
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0.07	0.02	10.00	40.00		0.03			10.95	2.80	1.40	0.26
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56
Итого:		550	18.90	19.26	80.31	571.12	0.21	3.07	64.92	2.64	71.92	306.07	66.71	4.17

4 день														
№ 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели - 2017	Салат из белокочанной капусты	100	1.31	3.25	6.47	60.40	0.02	17.10	0.00	8.39	24.97	28.31	15.09	0.47
№ 229 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	9.15	5.62	7.80	105.00	0.05	3.73	5.82	2.52	39.07	162.19	48.53	0.85
№ 312 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/3	3.71	7.95	24.57	184.50	0.17	21.79	12.00	0.25	45.09	104.81	33.30	1.16
№ 342 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Компот из свежих яблок (75 С)	200	0.16	0.16	13.91	58.74	0.01	0.90	0.00	0.08	14.18	4.40	5.14	0.95
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	30	2.280	0.240	14.760	71	0.033	0	0	0.330	6.000	19.500	4.200	0.330
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	25	1.65	0.30	9.90	49.50	0.04	0.00	0.00	0.35	7.25	37.50	11.75	0.98
	Итого:	638	18.26	17.52	77.41	528.64	0.33	43.52	17.82	11.92	136.56	356.71	118.01	4.73

5 день														
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184 , 2012 Дели +	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00		0.20	16.00	11.00	9.00	2.20
№ 15 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Сыр порционно	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
№279,331 Сбор.рец. На прод-ию для питания детей в дошк образоват учрежд-Дели 2017	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7.28	11.940	8.360	124	0.048	0.276	29.620	0.4205	20.726	80.202	15.521	0.640
№ 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Каша гречневая рассыпчатая	180	5.41	2.170	32.276	209	0.252	0.000	0.000	0.48	28.788	248.820	168.624	5.652
№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0.13	0.02	10.20	42.00		2.83		0.01	14.05	4.40	2.40	0.34
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94.00	0.04	0.00	0.00	0.44	8.00	26.00	5.60	0.44
	Итого:	630	18.89	17.51	80.32	550.12	0.38	13.18	50.62	1.59	187.56	430.42	206.65	9.34
	Итого за 5 дней 1 недели:	2981	99.3902	98.1045	433.807	3009.879	1.68257	69.4928	198.756	84.0499	713.6631	1882.401	708.618	36.7108

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход,г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
2-ая неделя														
1 день														
№ 234,330 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Биточки рыбные в сметанном соусе	90/20	10.790	9.070	5.429	168.7	0.076	0.602	15.22	4.565	70.152	171.460	38.082	1.356

№ Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Рис отварной рассыпчатый	180	3.771	7.850	38.283	231.140	0.031	0.000	0.000	0.338	1.638	73.134	19.602	0.632
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром,с яблоком	180/10/10	0.110	0.060	10.990	45	0.003	1.030		0.020	12.700	3.900	2.300	0.500
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1.520	0.160	9.840	47	0.022	0	0	0.220	4.000	13.000	2.800	0.220
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56
	Итого:	550	18.83	17.62	80.38	571.11	0.20	1.63	15.22	5.70	100.09	321.49	81.58	4.27

2 день

№143,241 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Овощи тушеные с мясом	50/200	12.79	15.28	35.48	341.67	0.02	18.77	39.00	0.00	68.94	172.79	38.24	2.24
№10 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2016	Зеленый горошек к/с (доп.гарнир)	30	0.89	2.33	1.88	25.08	0.03	3.30	0.00	0.72	6.44	17.99	6.24	0.21
ТТК	Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5	0.24	0.09	12.420	54	0.004	50.03	0	0.19	13.950	3.65	2.25	0.410
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.760	71	0.033	0	0	0.33	6.000	19.5	4.2	0.330
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	40	2.640	0.480	15.840	79	0.068	0	0	0.560	11.600	60.000	18.800	1.560
	Итого:	550	18.84	18.41	80.38	570.65	0.16	72.10	39.00	1.80	106.93	273.93	69.73	4.75

3 день

ТТК	Котлеты куриные в томатном соусе	90/20	10.92	11.35	17.94	221.98	0.19	1.28	20.74	61.55	56.36	76.65	23.68	3.37
№ 312 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Пюре картофельное	180	3.68	5.76	20.53	154.70	0.17	21.79	0.00	0.22	44.37	103.91	33.30	1.21
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0.07	0.02	10.00	40.00		0.03			10.95	2.80	1.40	0.26
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1.520	0.160	9.840	47	0.022	0	0	0.220	4.000	13.000	2.800	0.220
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	40	2.640	0.480	15.840	79	0.068	0	0	0.560	11.600	60.000	18.800	1.560
	Итого:	550	18.82	17.77	74.15	542.88	0.44	23.11	20.74	62.54	127.28	256.36	79.98	6.62

4 день

№279,331 Сбор.рец. На прод-ию для питания детей в дошк образоват учрежд-Дели 2017	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7.284	11.940	8.360	124	0.048	0.276	29.620	0.421	20.726	80.202	15.521	0.640
---	--	-------	-------	--------	-------	-----	-------	-------	--------	-------	--------	--------	--------	-------

№ 203 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Макаронные изделия отварные	180/5	5.100	3.620	31.962	176	0.057	0.000	12.000	0.8025	11.912	38.068	8.619	0.858
ТТК	Напиток из свежих фруктов (75 С)	200	0.34	0.17	11.48	63.60	0.02	3.17	0.00	0.13	16.67	7.05	7.78	0.88
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.320	19.680	94	0.044	0	0	0.440	8.000	26.000	5.600	0.440
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	30	1.980	0.360	11.880	59	0.051	0	0	0.420	8.700	45.000	14.100	1.170
	Итого:	550	17.74	18.26	80.36	517.09	0.22	3.45	41.62	2.21	66.01	196.32	51.62	3.99

5 день														
№ 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели - 2017	Салат из свежей капусты с морковью	100	1.31	3.25	6.47	60.40	0.02	17.10	0.00	8.39	24.97	28.31	15.09	0.47
№ 265 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели - 2017	Плов из говядины с рисом	50/200	18.97	20.36	54.79	509.83	0.08	2.31	0.00	5.25	22.04	285.70	63.75	4.13
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром,с яблоком	180/10/10	0.11	0.06	10.990	45	0.003	1.03		0.02	12.700	3.9	2.3	0.500
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1.520	0.160	9.840	47	0.022	0	0	0.220	4.000	13.000	2.800	0.220
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	25	1.65	0.30	9.90	49.50	0.04	0.00	0.00	0.35	7.25	37.50	11.75	0.98
	Итого:	595	23.56	24.13	91.99	711.78	0.17	20.44	0.00	14.23	70.96	368.40	95.69	6.29
	Итого за 5 дней 2 недели:	2795	97.8061	96.1938	407.251	2913.51	1.19483	120.725	116.58	86.4922	471.2688	1416.5044	378.5997	25.9123
	ВСЕГО за 10 дней:	5776	197.196	194.298	841.057	5923.389	2.8774	190.217	315.336	170.542	1184.932	3298.9054	1087.218	62.6231
	В среднем на 1 учащегося в день:	578	19.72	19.43	84.11	592.34	0.29	19.02	31.53	17.05	118.49	329.89	108.72	6.26

Замена блюда

День	Прием пищи	Заменяемое блюдо/ Вариант Замены		Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	
День 6 (1 неделя)	Горячий завтрак младшие классы (7-11 лет)	Салат из моркови с сахаром	по меню	60	0.74	0.06	6.58	49.02	
		Котлеты говяжьи		90	10.18	13.25	11.77	183.40	
		Гороховое пюре с маслом сливочным		150/5	5.62	5.04	34.99	208.50	
		Чай с мармеладом		190/10	0.09	0.02	11.91	48.15	
		Хлеб пшеничный		20	1.520	0.160	9.840	47	
		Хлеб ржаной		20	1.320	0.24	7.920	40	
		Итого:		545	19.47	18.77	83.01	575.67	
			Салат из моркови с сахаром	замена	60	0.74	0.06	6.58	49.02
			Сосиска говяжья		100	10.70	13.40	11.36	201.12
			Гороховое пюре с маслом сливочным		150/5	5.62	5.04	34.99	208.50
			Чай с мармеладом		190/10	0.09	0.02	11.91	48.15
			Хлеб пшеничный		30	2.280	0.240	14.760	71
			Итого:		545	19.42	18.76	79.60	577.29

Замена блюда

День	Прием пищи	Заменяемое блюдо/ Вариант Замены
День 6 (2 неделя)	Горячий завтрак младшие классы (7-11 лет)	Плоды и ягоды свежие (яблоки)
		Котлеты говяжьи
		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным
		Чай с сахаром
		Хлеб пшеничный
		Хлеб ржаной
		Итого:
		Плоды и ягоды свежие (яблоки)
		Сосиска говяжья
		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным
		Чай с сахаром
		Хлеб пшеничный
		Хлеб ржаной
		Итого:

День	Прием пищи	Заменяемое блюдо/ Вариант Замены
День 6 (2 неделя)	Горячий завтрак старшие классы (12 лет и старше)	Котлеты говяжьи
		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным
		Чай с сахаром
		Хлеб пшеничный
		Хлеб ржаной
		Итого:
		Сосиска говяжья
		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным
		Чай с сахаром
		Хлеб пшеничный
		Хлеб ржаной
		Итого:

	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
по меню	100	0.40	0.40	9.80	47.00
	90	10.18	13.25	11.77	183.40
	150/5	4.61	6.32	27.79	207.00
	190/10	0.070	0.020	10.000	40
	25	1.900	0.200	12.300	59
	20	1.320	0.240	7.920	40
	590	18.48	20.43	79.58	575.75

25%

замена	100	0.40	0.40	9.80	47.00
	100	10.70	13.40	11.36	201.12
	150/5	4.61	6.32	27.79	207.00
	190/10	0.070	0.020	10.000	40
	25	1.900	0.200	12.300	59
	25	1.650	0.300	9.900	50
	600	19.33	20.64	81.15	603.37

25%

	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
по меню	100	11.32	14.72	13.08	203.78
	180/3	5.55	6.93	37.71	276.56
	190/10	0.07	0.02	10.00	40.00
	40	3.040	0.320	19.680	94
	30	1.980	0.360	11.880	59
	553	21.954	22.353	92.355	674

замена	100	10.70	13.40	11.36	201.12
	180/5	5.56	8.38	38.04	289.76
	190/10	0.070	0.020	10.000	40
	40	3.040	0.320	19.680	94
	30	1.980	0.360	11.880	59
	555	21.35	22.48	90.96	684.28


Лист согласования к документу № 15.09.23 от 15.09.2023

Инициатор согласования: Азизова Г.Н. Директор

Согласование инициировано: 15.09.2023 14:51

Лист согласования

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Азизова Г.Н.		 Подписано 15.09.2023 - 14:52	-