

258

Разработано и утверждено

Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"

Э. Р. Харламова

Директор ООО "АБК-Пэймент"

Р. Р. Рахматуллин



Согласовано

Руководитель образовательного учреждения

Примерное циклическое двенадцатидневное меню группы продленного дня для учащихся образовательных учреждений Республики Татарстан

№ Сб.реш	Наименование продуктов	Выход,г	Белки	Жиры	Угледы	Энергичность (ККАЛ)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
ПОНЕДЕЛЬНИК															
№ 96, 105 Сбор.реш. На прок-но для обуч. Во всех образов.учрежде-Датн 2017	Расольник Ленинградский, с куриными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	3,51	7,16	12,96	135,95	0,10	8,50	8,98	2,39	38,15	70,19	26,07	1,05	
ТТК	Компот из свежих яблок с изюмом	200	0,25	0,12	28,87	118,40	0,02	0,45	0,00	0,08	17,25	11,88	6,63	0,70	
ТТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17	
ТТК	Итого:	495	5,74	7,64	53,70	313,75	0,17	8,95	8,98	2,89	64,10	127,07	46,80	2,92	
ВТОРНИК															
№ 113 Сбор.реш. На прок-но для обуч. Во всех образов.учрежде-Датн 2017	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/10	5,65	6,10	11,62	132,55	0,05	0,74	18,32	2,67	33,91	54,90	12,70	0,84	
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	10,78	48,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	
ТТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17	
ТТК	Итого:	490	8,31	6,74	34,28	240,15	0,12	100,74	18,32	3,85	63,95	103,34	30,24	2,64	
СРЕДА															
ТТК	Шулла с говядиной	250/10	5,04	8,32	18,63	173,31	0,16	5,81	0,00	2,44	52,28	137,98	38,30	1,81	
ТТК	Компот из урюка	200	0,75	0,06	27,93	116,4	0,016	0,6	0	0,826	33,22	22,8	18,16	0,48	
ТТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17	
ТТК	Итого:	490	7,77	8,74	58,44	349,11	0,22	6,41	0,00	3,69	94,20	205,78	70,56	3,46	

№ 348 Сбор.реш. На прок-но для обуч. Во всех образов.учрежде-Датн 2017
ТТК
№ 134, 144, Хлеб
Сметана и ванилин
россиянских продуктов питания
Датн + 2012

ЧЕТВЕРГ

№ 108 Сбор.рек. На прок.-мн
для обуч. Во всех
образ.учрежд.-Дети 2017

250/10/5	2,98	6,99	7,07	104,95	0,05	10,00	8,98	2,34	44,88	47,04	16,07	0,70
190/10	0,09	0,02	11,91	48,15	0,00	0,10	0,00	0,00	4,87	3,65	2,35	0,43
30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:	495	5,05	7,37	212,50	0,10	10,10	8,98	2,76	58,45	95,69	32,51	2,29

№ 1376 Сбор.рек. На прок.-мн
для обуч. Во всех
образ.учрежд.-Дети 2017

чай с мармеладом

Хлеб ржаной

табл 6 стр 134,144,Хим.
Состав и калорийность.
российских продуктов питания
Дети + 2012

ПЯТНИЦА

№ 115 Сбор.рек. На прок.-мн
для обуч. Во всех
образ.учрежд.-Дети 2017

250/10/5	3,18	7,40	2,10	86,80	0,01	1,73	10,82	2,38	31,14	19,45	2,48	0,20
200	0,66	0,09	22,03	92,90	0,02	0,91	0,00	0,64	40,60	29,30	21,83	0,87
30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:	495	5,82	7,85	239,10	0,08	2,64	10,82	3,44	80,44	93,75	38,40	2,24

Компот из сухофруктов

Хлеб ржаной

рецепты приготовления пищи
Дети + 2012

СУББОТА

№ 12 Сбор.рек. На прок.-мн
для обуч. Во всех
образ.учрежд.-Дети 2017

250/10/5	3,93	6,84	11,19	131,46	0,06	10,75	7,00	2,48	56,28	78,42	29,80	0,17
190/10	0,07	0,02	10	40,00	0,03	0,03	0,00	0,00	11,1	2,8	1,4	0,28
30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:	495	5,98	7,22	230,86	0,11	10,78	7,00	2,90	76,08	126,22	45,30	1,62

Борщ из свежей капусты с мясными
фрикадельками, со сметаной

Чай с сахаром

Хлеб ржаной

табл 6 стр 134,144,Хим.
Состав и калорийность.
российских продуктов питания
Дети + 2012

Всего за 6 дней 1 недели: 139,61 54,10 19,51 437,21 751,83 263,81 15,16

2 недели

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ 377 Сбор. рец. На протяжении для обучения. Во всех образц. урочес.-Делн 2017	250/10	4,05	4,16	18,25	138,85	0,12	8,35	3,98	1,45	33,80	77,99	28,72	1,24
Суп картофельный с вермишелью, с куриными фрикадельками													
№ 377 Сбор. рец. На протяжении для обучения. Во всех образц. урочес.-Делн 2017	185/10/5	0,13	0,02	10,2	42,00	2,03	0	0,006	0,006	13,25	3,96	2,16	0,333
Чай с сахаром и лимоном													
табл 6 стр 134, 144, 145. Состав и калорийность. Состав и калорийность российских продуктов питания Делн * 2012	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Хлеб ржаной													
Итого:	490	6,16	4,54	40,33	240,25	0,17	10,38	3,98	1,87	55,75	126,95	44,98	2,74

ВТОРНИК

№ 378 Сбор. рец. На протяжении для обучения. Во всех образц. урочес.-Делн 2017	250/10/5	4,70	6,08	8,13	112,68	0,06	15,80	5,00	2,37	55,65	52,05	22,58	0,84
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом, со сметаной													
№ 349 Сбор. рец. На протяжении для обучения. Во всех образц. урочес.-Делн 2017	200	0,66	0,09	22,03	92,90	0,02	0,91	0,00	0,64	40,60	29,30	21,83	0,87
Компот из сухофруктов													
табл 6 стр 134, 144, 145. Состав и калорийность. Состав и калорийность российских продуктов питания Делн * 2012	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Хлеб ржаной													
Итого:	495	7,34	6,53	42,04	264,98	0,13	16,70	5,00	3,42	104,95	126,35	58,50	2,88

СРЕДА

№ 360 Сбор. рец. На протяжении для обучения. Во всех образц. урочес.-Делн 2016	250/10	2,57	5,97	1,80	70,86	0,02	0,80	2,00	2,31	24,15	33,29	8,75	0,36
Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками													
ТТК составлена на основании акта проработки 2019 г от 29.10.19	200	0,68	0,28	10,78	48,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Напиток из шиповника													
табл 6 стр 134, 144, 145. Состав и калорийность. Состав и калорийность российских продуктов питания Делн * 2012	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Хлеб ржаной													
Итого:	490	5,23	6,61	24,46	178,46	0,08	100,80	2,00	3,49	54,19	81,73	26,29	2,16

ЧЕТВЕРТ

№ 102 Сбор. рец. На протяжении для обучения. Во всех образц. урочес.-Делн 2017	250/10	6,29	5,47	16,54	153,25	0,23	5,83	0,00	2,43	44,68	88,10	35,58	2,05
Суп картофельный с горохом, с куриными фрикадельками													
№ 376 Сбор. рец. На протяжении для обучения. Во всех образц. урочес.-Делн 2017	190/10	0,07	0,02	10	40,00	0,03	0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
Чай с сахаром													
табл 6 стр 134, 144, 145. Состав и калорийность. Состав и калорийность российских продуктов питания Делн * 2012	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Хлеб ржаной													
Итого:	490	8,34	5,85	38,42	252,65	0,28	5,86	0,00	2,85	64,48	135,90	51,08	3,50

ПЯТНИЦА

4195 Сборщик. На протяжении 16.02.2019
для обучающихся. Во всех
образовательных учреждениях

ТТК
Компот из изюма и урюка

Таблица 6 стр. 134, 144, 145. Методические
советы и рекомендации
к учебному пособию

250/10	4,09	6,26	12,76	134,11	0,11	13,18	2,00	2,44	41,90	86,59	31,30	1,23
200	0,55	0,07	18,89	79,30	0,02	0,30	0,00	0,45	26,77	21,08	13,14	0,47
30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:	490	6,62	43,53	272,81	0,18	13,48	2,00	3,31	77,37	152,67	58,54	2,87

СУББОТА

Акты проработки от
16.02.2019

6376 Сборщик. На протяжении 16.02.2019
для обучающихся. Во всех
образовательных учреждениях

ТТК
Чай с мармеладом
Хлеб ржаной

250	8,03	9,15	7,19	168,63	0,06	0,80	5,88	1,58	23,73	56,55	16,75	0,58
190/10	0,09	0,02	11,91	48,15	0,00	0,10	0,00	0,00	4,87	3,65	2,35	0,43
30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Всего:	480	10,10	30,98	276,18	0,11	0,90	5,88	2,00	37,29	105,20	33,20	2,17
Всего за 6 дней 2 недели:												
2935	43,79	39,75	219,76	1485,33	0,94	148,12	18,86	16,94	394,04	728,80	272,57	16,31
5895	82,45	85,30	466,12	3070,80	1,74	287,73	72,96	36,45	831,24	1480,63	536,38	31,48
491	6,87	7,11	38,84	255,90	0,14	23,98	6,08	3,04	69,27	123,39	44,70	2,62
В среднем на 1 учащегося в день												