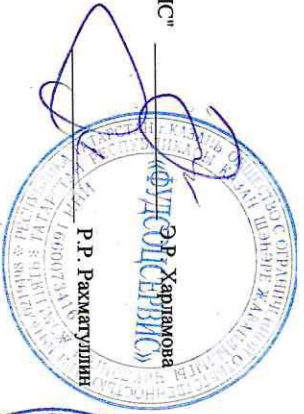


Разработано и утверждено

Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"

Директор ООО "АБК-Пэймент"



Согласовано
Директор МБОУ «Большешокоуцкая СОШ»

Э.М.Сунатуллина

Примерное дневное меню на образовательный день для учащихся образовательных учреждений Республики Татарстан

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ 96, 105 Сбор рец. На прок. Рассольник Ленинградский, с куриными фрикадельками, со сметаной
но для обуч. Во всех
образ. учреж.-Дети 2017

ТТК Компот из свежих яблок с изюмом

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

Хлеб ржаной
Итого:

№ 113 Сбор рец. На прок. Суп-лапша домашняя с мясом птицы
но для обуч. Во всех
образ. учреж.-Дети 2017

ТТК составлена на основании акта проверки 2019 г от 29.10.19

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

Хлеб ржаной
Итого:

ТТК Шушпа с говядиной

№ 348 Сбор рец. На прок. Компот из урожая
но для обуч. Во всех
образ. учреж.-Дети 2017

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

Хлеб ржаной
Итого:

Выходг	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергичность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
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
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
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
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
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
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
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
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
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
200	0,75	0,06	27,93	116,4	0,016	0,6	0	0,826	33,22	22,8	18,16	0,48
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
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

ЧЕТВЕРГ

№8 Сбор рец. На прок-но для обуч. Во всех образц. урчез-Дени 2017

№376 Сбор рец. На прок-но для обуч. Во всех образц. урчез-Дени 2017

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

Супл крестьянский с крупой (пшено) с крупными фрикадельками, со сметаной	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
Чай с мармеладом	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
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
Итого:	495	5,05	7,37	30,86	212,50	0,10	10,10	8,98	2,76	58,45	95,69	32,51	2,29

ПЯТНИЦА

№ 115 Сбор рец. На прок-но для обуч. Во всех образц. урчез-Дени 2017

№ 349 Сбор рец. На прок-но для обуч. Во всех образц. урчез-Дени 2017

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

Харчо с мясом птицы, со сметаной	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
Компот из сухофруктов	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
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
Итого:	495	5,82	7,85	36,01	239,10	0,08	2,64	10,82	3,44	80,44	93,75	38,40	2,24

СУББОТА

№ 82 Сбор рец. На прок-но для обуч. Во всех образц. урчез-Дени 2017

№ 376 Сбор рец. На прок-но для обуч. Во всех образц. урчез-Дени 2017

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

Борщ из свежей капусты с мясными фрикадельками, со сметаной	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
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40,00		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
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
Итого:	495	5,98	7,22	33,07	230,86	0,11	10,78	7,00	2,90	76,08	126,22	45,30	1,62

Всего за 6 дней 1 недели:

	2960	38,66	45,55	246,36	1585,47	0,80	139,61	54,10	19,51	437,21	751,83	263,81	15,16
--	------	-------	-------	--------	---------	------	--------	-------	-------	--------	--------	--------	-------

2 недели

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ 88 Сбор рец. На протяжении 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
для общ. Во всех образц. уррек.-Дети 2017 фрикадельками

№ 377 Сбор рец. На протяжении 185/10/5 0,13 0,02 10,2 42,00 2,03 0 0,006 13,25 3,96 2,16 0,333
но для общ. Во всех образц. уррек.-Дети 2017 Чай с сахаром и лимоном

табл.6 стр.134,144,Хим. Состав и калорийность 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
российских продуктов питания образц. уррек.-Дети 2017 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

№ 88 Сбор рец. На протяжении 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
для общ. Во всех образц. уррек.-Дети 2017 щи из свежей капусты с картофелем с мясом, со сметаной

№ 349 Сбор рец. На протяжении 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
но для общ. Во всех образц. уррек.-Дети 2017 Компот из сухофруктов

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

№ 86 Сбор рец. На протяжении 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
для общ. Во всех образц. уррек.-Дети 2016 Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками

ТТК составлена на основании даты проработки 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
2019 г от 29.10.19 Напиток из шиповника

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

ЧЕТВЕРГ

№ 102 Сбор рец. На протяжении 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
но для общ. Во всех образц. уррек.-Дети 2017 Суп картофельный с горохом, с куринными фрикадельками

№ 376 Сбор рец. На протяжении 190/10 0,07 0,02 10 40,00 0,03 0,03 0,00 0,42 8,70 45,00 14,10 1,17
но для общ. Во всех образц. уррек.-Дети 2017 Чай с сахаром

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

№95 Сбор. реч. На прогн-но
для обуч. Во всех
образ. учреж.-Дети 2017
ТТК
Компот из изюма и урюка
Хлеб ржаной
Итого: 490 6,62 6,69 43,53 272,81 0,18 13,48 2,00 3,31 77,37 152,67 58,54 2,87

Титл о стр.134,144,Хим.
Соста и калорийность
осенник. продукт питания
Пят. 1.2017

СУББОТА

Акт проработки от
16.02.2019
Солинка 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

№76 Сбор. реч. На прогн-но
для обуч. Во всех
образ. учреж.-Дети 2017
ТТК
Чай с мармеладом 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

Титл о стр.134,144,Хим.
Соста и калорийность

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

Всего: 480 10,10 9,53 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

Всего за 12 дней: 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

В среднем на 1 учащегося в день 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