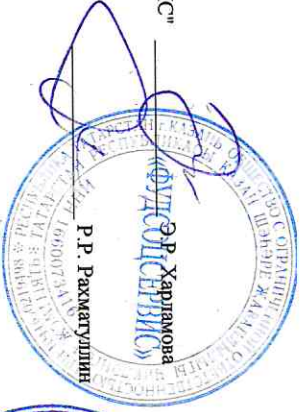


Разработано и утверждено

Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"

Директор ООО "АБК-Пэймент"



Согласовано
Руководитель



[Signature]

Примерное пятидневное меню с энергетической оценкой для учащихся образовательных учреждений Республики Татарстан

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ Ст-реи	Наименование продуктов	Выход,г	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергичность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
№ 96, 105	Сбор. рел. На про- но для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Рассольник 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	

табл.6 стр.134,144,Хмк. Состава и калорийности российских продуктов питания Дети + 2012	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	5,74	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. рел. На про- но для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 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	основании акта производства 2019 г от 29.10.19	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
табл.6 стр.134,144,Хмк. Состава и калорийности российских продуктов питания Дети + 2012	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:		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	Шушпа 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
-----	-------------------	--------	------	------	-------	--------	------	------	------	------	-------	--------	-------	------

Компот из урюка

№ 348	Сбор. рел. На про- но для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Хлеб ржаной	200	0,75	0,06	27,93	116,4	0,016	0,6	0	0,826	33,22	22,8	18,16	0,48
табл.6 стр.134,144,Хмк. Состава и калорийности российских продуктов питания Дети + 2012	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:		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.рек. На прок-но для обуч. Во всех образц.учреж-Дети 2017	Супл крестьянский с крутой (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
№876 Сбор.рек. На прок-но для обуч. Во всех образц.учреж-Дети 2017	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
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	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.рек. На прок-но для обуч. Во всех образц.учреж-Дети 2017	Харчо с мясом пшеницы, 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
№ 349 Сбор.рек. На прок-но для обуч. Во всех образц.учреж-Дети 2017	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
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	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.рек. На прок-но для обуч. Во всех образц.учреж-Дети 2017	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
№ 376 Сбор.рек. На прок-но для обуч. Во всех образц.учреж-Дети 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40,00	0,03	0,00	0,00	0,42	11,1	2,8	1,4	0,28
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	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. ред. На протяжении Супп картофеляжный с вермишелью, с куриными
для обуч. Во всех фрикадельками

№ 377 Сбор. ред. На прок-
но для обуч. Во всех Чай с сахаром и лимоном
образ. учреж.-Дети 2017

табл. 6 стр. 134, 144, Хмк. Состав и калорийность
росси́йских продуктов питания Хлеб ржаной
Дети + 2012

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. ред. На протяжении Ши из свежей капусты с картофелем с мясом,
для обуч. Во всех со сметаной

№ 349 Сбор. ред. На прок-
но для обуч. Во всех Компот из сухофруктов
образ. учреж.-Дети 2017

табл. 6 стр. 134, 144, Хмк. Состав и калорийность
росси́йских продуктов питания Хлеб ржаной
Дети + 2012

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. ред. На протяжении Супп с рисовой крупкой и мясными
для обуч. Во всех фрикадельками

ТТК составлена на основании акта пробности Напиток из шиповника
2019 г от 29.10.19

табл. 6 стр. 134, 144, Хмк. Состав и калорийность
росси́йских продуктов питания Хлеб ржаной
Дети + 2012

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. ред. На протяжении Супп картофельный с горохом, с куриными
но для обуч. Во всех фрикадельками
образ. учреж.-Дети 2017

№ 376 Сбор. ред. На прок-
но для обуч. Во всех Чай с сахаром
образ. учреж.-Дети 2017

табл. 6 стр. 134, 144, Хмк. Состав и калорийность
росси́йских продуктов питания Хлеб ржаной
Дети + 2012

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

ПТИЦА

№ 95 Сбор реч. На прогн-но для обл. Во всех образ. Учреж.-Дети 2017	Рассоленный домашний с мясными фрикадельками	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
ТТК	Компот из изюма и урюка	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
Титл о стр.134,144,Хим. Соста и калорийность основных продуктов питания №..... 2017	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:	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

СУББОТА

Акт пропускной от 16.02.2019	Солянка	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
№376 Сбор реч. На прогн-но для обл. Во всех образ. Учреж.-Дети 2017	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