

Согласовано  
Руководитель общеобразовательного учреждения



Разработано и утверждено  
Директор ООО "АБК-Полимент"



### **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
<b>1-ая неделя</b>														
<b>1 день</b>														
№ 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
№ 271 Сбор.рец. На прод.ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Котлета домашняя из говядины	90	8,15	10,50	8,10	199,57	0,14	0,20	2,74	2,27	13,48	104,60	16,08	1,70
№ 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	50	3,70	4,70	2,85	21,50	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	0,54	17,82	89,10	0,08	0,00	0,00	0,63	13,05	67,50	21,15	1,76
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>19,59</b>	<b>20,46</b>	<b>87,90</b>	<b>616,31</b>	<b>0,38</b>	<b>3,55</b>	<b>22,74</b>	<b>6,29</b>	<b>98,80</b>	<b>302,92</b>	<b>96,54</b>	<b>6,36</b>
<b>2 день</b>														
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 186, 2012 Дели *	Плоды и ягоды свежие (мандарин)	100	0,8	0,20	7,5	38,0	0,06	38,00		0,20	35,00	17,00	11,00	0,10
№ 260 Сбор.рец. На прод.ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2017	Гуляш из говядины	50/50	10,45	10,71	9,83	144,26	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	150/3	4,59	5,47	27,76	193,80	0,21	0,00	20,00	0,45	25,19	208,85	140,52	4,72
№ 456 Сбор.рец. На прод.ию для обуч. Во всех дошкольных учреждений 2016	Булочка "Веснушка"	50	2,89	3,06	14,28	109	0,07	0	3	1,41	11,3	39,2	15,2	0,73
№ 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	20	1,32	0,54	17,82	89,10	0,08	0,00	0,00	0,63	13,05	67,50	21,15	1,76
	<b>Итого:</b>	<b>623</b>	<b>20,18</b>	<b>20,00</b>	<b>87,39</b>	<b>616,16</b>	<b>0,45</b>	<b>41,75</b>	<b>23,00</b>	<b>5,31</b>	<b>120,40</b>	<b>491,10</b>	<b>212,30</b>	<b>10,71</b>



3 день														
№ 67 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017, 366/2016	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06	0,03	5,78	0,00	2,70	18,74	25,96	11,72	0,50
№ 293 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017, 366/2016	Куриные бедра запеченные 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	4,15	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
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>19,49</b>	<b>20,63</b>	<b>79,97</b>	<b>605,76</b>	<b>0,21</b>	<b>8,84</b>	<b>84,92</b>	<b>5,23</b>	<b>89,61</b>	<b>296,22</b>	<b>66,39</b>	<b>3,94</b>
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 тушеная 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
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>16,04</b>	<b>16,56</b>	<b>63,86</b>	<b>456,83</b>	<b>0,27</b>	<b>33,05</b>	<b>25,82</b>	<b>8,37</b>	<b>116,21</b>	<b>314,67</b>	<b>102,67</b>	<b>4,10</b>
5 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
№ 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Котлеты говяжьи	90	10,18	13,75	11,77	183,40	0,05	0,00	0,00	3,11	9,38	150,08	27,54	2,41
№ 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
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с мармеладом	185/15	0,09	0,02	11,91	48,15		0,03			11,25	2,95	1,70	0,29
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
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>19,47</b>	<b>19,27</b>	<b>83,01</b>	<b>575,67</b>	<b>0,64</b>	<b>2,05</b>	<b>20,00</b>	<b>12,15</b>	<b>139,99</b>	<b>440,02</b>	<b>124,76</b>	<b>8,79</b>

		6 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	
№ 294 Сбор. рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. учреж.-Дели -2017	Котлеты из мяса кур	90	11,85	8,060	18,526	198	0,180	0,810	12,420	61,47	51,642	69,300	19,980	3,240	
№ 173 Сбор. рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. учреж.-Дели 2017	Каша гречневая вязкая	150	3,45	2,78	29,98	162,00	0,10	0,00	10,00	0,60	25,87	115,85	27,50	1,98	
стр. 150 сборник нац. блюд и кулинарных изделий г. Казань 1997 год	Слойка сладкая	60	2,06	6,32	14,26	125,20	0,07	0,00	10,00	2,60	12,50	40,00	14,33	0,78	
№ 379 Сбор. рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. учреж.-Дели 2017	Кофейный напиток	200	1,12	1,01	7,00	41,70	0,10	0,00	4,00	0,10	18,82	42,47	12,34	0,94	
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	
	<b>Итого:</b>	<b>620</b>	<b>20,20</b>	<b>18,81</b>	<b>87,48</b>	<b>613,50</b>	<b>0,51</b>	<b>10,81</b>	<b>36,42</b>	<b>65,25</b>	<b>130,63</b>	<b>308,62</b>	<b>92,54</b>	<b>9,92</b>	



№ 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	Мг, мг	Fe, мг
<b>2-ая неделя</b>														
<b>1 день</b>														
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 134, 2012 Дели *	Фрукты 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
№293 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Птица запеченная	90	10,610	15,964	0,000	202	0,072	2,430	96,48	1,908	48,690	171,522	22,428	1,980
№ 203 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,10	2,85	31,96	186,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
№ 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	12,690	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	35	2,660	0,280	17,220	82	0,039	0	0	0,385	7,000	22,750	4,900	0,385
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
	<b>Итого:</b>	<b>598</b>	<b>20,20</b>	<b>19,79</b>	<b>79,59</b>	<b>602,00</b>	<b>0,23</b>	<b>13,46</b>	<b>108,48</b>	<b>3,60</b>	<b>102,10</b>	<b>277,24</b>	<b>56,65</b>	<b>6,70</b>
<b>2 день</b>														
№3 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	60	7,03	7,94	19,75	178,50	0,05	0,11	51,50	0,56	159,20	117,50	13,85	0,56
№143,241 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Овощи тушеные с мясом	50/150	5,10	5,38	22,34	191,35	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
№ 436,441,501 Сбор.рец. На прод-ию для дошкольн. Учрежд-Дели 2016	Ватрушка с творогом	60	6,28	5,70	20,60	153,15	0,06	0,03	27,20	0,77	40,64	72,16	17,28	0,72
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
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>19,97</b>	<b>19,35</b>	<b>83,03</b>	<b>616,80</b>	<b>0,26</b>	<b>68,95</b>	<b>117,70</b>	<b>1,80</b>	<b>288,53</b>	<b>396,10</b>	<b>81,02</b>	<b>5,15</b>
<b>3 день</b>														
№ 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
№ 294 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Котлеты из мяса кур	90	11,85	8,06	18,53	198,00	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	3,13	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 134, 2012 Дели *	Хлеб пшеничный	35	2,660	0,280	17,220	82	0,039	0	0	0,385	7,000	22,750	4,900	0,385

Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели *	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	9,900	50	0,043	0	0	0,350	7,250	37,500	11,750	0,975
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>20,20</b>	<b>20,70</b>	<b>81,11</b>	<b>595,68</b>	<b>0,41</b>	<b>22,99</b>	<b>32,42</b>	<b>64,06</b>	<b>136,30</b>	<b>244,82</b>	<b>78,20</b>	<b>6,67</b>
	<b>4 день</b>													
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 186, 2012 Дели *	Флоды и ягоды свежие (мандарин)	100	0,8	0,20	7,5	38,0	0,06	38,00		0,20	35,00	17,00	11,00	0,10
№279,331 Сбор. рец. На прод-ию для питания детей в дошкол образоват учрежд- Дели 2017	Тфетели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,284	11,790	8,738	133,99	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. учрежд- Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,10	2,85	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
ТН	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	1,520	0,160	9,840	47	0,022	0	0	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	<b>Итого:</b>	<b>573</b>	<b>15,04</b>	<b>15,17</b>	<b>69,52</b>	<b>458,69</b>	<b>0,21</b>	<b>41,45</b>	<b>41,62</b>	<b>1,77</b>	<b>88,31</b>	<b>155,32</b>	<b>45,72</b>	<b>2,70</b>
	<b>5 день</b>													
№ 45 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учрежд- 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. учрежд- 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. учрежд- 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
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>20,15</b>	<b>20,61</b>	<b>80,99</b>	<b>595,53</b>	<b>0,15</b>	<b>13,08</b>	<b>0,00</b>	<b>9,61</b>	<b>56,62</b>	<b>310,05</b>	<b>75,77</b>	<b>5,23</b>
	<b>6 день</b>													
№ 234,330 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учрежд- Дели 2017	Биточки рыбные в сметанном соусе	80/20	9,750	10,100	12,917	146,52	0,052	0,536	10,920	4,079	32,804	120,770	19,248	1,066
№ 312 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учрежд- Дели -2017	Пюре картофельное с маслом сливочным	150	3,090	4,810	20,440	137,25	0,140	18,161	20,000	0,232	38,175	88,095	27,750	1,020
№ 426 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учрежд- Дели 2017	Булочка обсыпная	75	4,25	4,77	29,85	214,00	0,01	0,03	0,00	3,53	15,98	57,60	21,15	1,04
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учрежд- Дели 2017	Чай с мармеладом	185/15	0,09	0,02	11,91	48,15		0,03			11,25	2,95	1,70	0,29
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
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>19,16</b>	<b>20,06</b>	<b>87,00</b>	<b>605,32</b>	<b>0,24</b>	<b>18,76</b>	<b>30,92</b>	<b>8,12</b>	<b>104,01</b>	<b>299,42</b>	<b>79,25</b>	<b>4,20</b>
	<b>ВСЕГО за 12 дней:</b>	<b>6819</b>	<b>229,70</b>	<b>231,41</b>	<b>970,85</b>	<b>6958,25</b>	<b>3,96</b>	<b>278,73</b>	<b>544,04</b>	<b>191,55</b>	<b>1471,50</b>	<b>3836,50</b>	<b>1111,82</b>	<b>74,46</b>
	<b>В среднем на 1 учащегося в день:</b>	<b>568</b>	<b>19,14</b>	<b>19,28</b>	<b>80,90</b>	<b>579,85</b>	<b>0,33</b>	<b>23,23</b>	<b>45,34</b>	<b>15,96</b>	<b>122,62</b>	<b>319,71</b>	<b>92,65</b>	<b>6,20</b>



Согласовано  
Руководитель общеобразовательного учреждения



Разработано и утверждено  
Директор ООО "АБК-Иэймент"  
Р.Р. Рахматуллин



**Примерное циклическое двенадцатидневное 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	Мg, мг	Fe, мг
<b>1-ая неделя</b>														
<b>1 день</b>														
№ 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
№ 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Котлета домашняя из говядины	100	11,28	16,71	9,00	221,74	0,15	0,22	3,04	2,52	14,98	116,22	17,87	1,89
№ 203 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	6,83	4,43	38,37	220,56	0,07	0,00	20,00	0,98	14,63	46,10	10,34	1,03
№ 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.б, 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.б, 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
	<b>Итого:</b>	<b>650</b>	<b>22,70</b>	<b>22,06</b>	<b>98,02</b>	<b>675,00</b>	<b>0,37</b>	<b>4,59</b>	<b>23,04</b>	<b>4,66</b>	<b>69,75</b>	<b>278,85</b>	<b>79,25</b>	<b>5,68</b>
<b>2 день</b>														
№ 260 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Гуляш из говядины	50/50	10,45	10,71	9,83	144,26	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	5,51	4,76	40,85	271,76	0,25	0,00	11,98	0,50	28,48	248,20	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
№ 456 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех дошкольных учреждений 2016	Булочка "Веснушка"	50	2,890	3,060	14,280	109	0,070	0	3	1,410	11,300	39,200	15,200	0,730
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл.б, 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
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>21,62</b>	<b>21,99</b>	<b>91,00</b>	<b>646,22</b>	<b>0,42</b>	<b>3,75</b>	<b>14,98</b>	<b>5,09</b>	<b>87,24</b>	<b>505,95</b>	<b>227,05</b>	<b>11,35</b>
<b>3 день</b>														
№ 53 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017, 366/2016	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	2,10	7,29	72,90	0,05	6,86	0,00	1,88	28,33	41,61	18,39	1,31
№ 293 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017, 366/2016	Куриные бедра запеченные с томатным соусом	90/20	12,00	10,04	13,76	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	180	5,45	11,45	44,12	262,64	0,03	0,00	0,00	0,34	1,64	73,13	19,60	0,63
№ 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.б, стр.134, 2012 Дели *	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл.б, 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



	<b>Итого:</b>	<b>645</b>	<b>23,09</b>	<b>24,15</b>	<b>99,83</b>	<b>690,64</b>	<b>0,26</b>	<b>9,93</b>	<b>64,92</b>	<b>4,60</b>	<b>101,71</b>	<b>336,55</b>	<b>80,08</b>	<b>5,15</b>
--	---------------	------------	--------------	--------------	--------------	---------------	-------------	-------------	--------------	-------------	---------------	---------------	--------------	-------------

<b>4 день</b>														
№ 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
	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
№ 229 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж. Дели 2017	Рыба, тушеная 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
	Итого:	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
№ 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
	Итого:	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
№ 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
	Итого:	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 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
	Итого:	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

<b>5 день</b>														
№ 62 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж. Дели 2017	Салат из моркови с сахаром	100	1,233	0,094	11,476	81,7	0,057	3,36	0	13,4	25,76	52,766	36,047	0,664
	Итого:	90/20	12,71	15,20	13,37	198,20	0,05	0,00	0,00	3,11	9,38	150,08	27,54	2,41
№ 271 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж. Дели 2017	Котлеты говяжьи в томатном соусе	90/20	12,71	15,20	13,37	198,20	0,05	0,00	0,00	3,11	9,38	150,08	27,54	2,41
	Итого:	180/5	4,33	6,32	41,97	229,60	0,59	0,00	20,00	0,59	112,69	254,49	74,03	5,63
№ 199 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж. Дели 2017	Гороховое пюре с маслом сливочным	180/5	4,33	6,32	41,97	229,60	0,59	0,00	20,00	0,59	112,69	254,49	74,03	5,63
	Итого:	185/15	0,09	0,02	11,91	48,15	0,03				11,25	2,95	1,70	0,29
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж. Дели 2017	Чай с мармеладом	185/15	0,09	0,02	11,91	48,15	0,03				11,25	2,95	1,70	0,29
	Итого:	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 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
	Итого:	635	21,40	21,96	98,41	651,65	0,75	3,39	20,00	17,54	167,08	486,29	144,92	9,43

<b>6 день</b>														
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 . 2012 Дели *	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2
	Итого:	90/20	12,20	11,06	18,74	214,02	0,19	1,08	19,18	61,53	57,49	75,18	21,94	3,32
№ 295 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж. Дели 2017; №367 сборник 2015	Котлеты рубленые из мяса птицы в сметанно-томатном соусе	90/20	12,20	11,06	18,74	214,02	0,19	1,08	19,18	61,53	57,49	75,18	21,94	3,32
	Итого:	180	5,11	2,853	35,970	194	0,117	0,000	12,000	0,714	31,041	139,023	32,994	2,373
№ 173 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж. Дели 2017	Каша гречневая вязкая	180	5,11	2,853	35,970	194	0,117	0,000	12,000	0,714	31,041	139,023	32,994	2,373
	Итого:	60	2,06	6,320	14,260	125	0,070	0,000	10,000	2,6	12,500	40,000	14,330	0,780
стр. 150 сборник нац. блюд и кулинарных изделий г. Казань 1997 год	Слойка сладкая	60	2,06	6,320	14,260	125	0,070	0,000	10,000	2,6	12,500	40,000	14,330	0,780
	Итого:	200	1,12	1,01	7,00	41,70	0,10	0,00	4,00	0,10	18,82	42,47	12,34	0,94
№ 379 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж. Дели 2017	Кофейный напиток	200	1,12	1,01	7,00	41,70	0,10	0,00	4,00	0,10	18,82	42,47	12,34	0,94
	Итого:	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 . 2012 Дели *	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:	680	23,17	21,88	100,53	692,82	0,53	11,08	45,18	65,47	141,85	327,16	94,80	9,94

№ 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
<b>2-ая неделя</b>														
<b>1 день</b>														
№293 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Птица запеченная	100	9,870	17,720	0,000	210,4	0,080	2,700	107,2	2,120	54,100	190,580	24,920	2,200
№ 203 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	200/3	7,380	5,198	49,610	244	0,074	0,000	12,000	1,322	7,200	50,460	28,160	1,480
№ 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	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	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
	<b>Итого:</b>	<b>573</b>	<b>22,28</b>	<b>23,70</b>	<b>91,20</b>	<b>649,55</b>	<b>0,26</b>	<b>3,73</b>	<b>119,20</b>	<b>4,35</b>	<b>91,60</b>	<b>324,44</b>	<b>78,38</b>	<b>6,07</b>
<b>2 день</b>														
№15 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Сыр порционно	10	2,320	2,95	0,000	36	0,003	0,07	26	0,050	88,000	50,000	3,500	0,100
№143,241 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Овощи тушеные с мясом	50/200	12,33	13,28	46,58	346,67	0,02	18,77	39,00	0,00	68,94	172,79	38,24	2,24
ГТК	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
№ 436,441,501 Сбор.рец. На прод-ию для дшшк.учр.-режд Дели 2016	Ватрушка с творогом	60	6,28	5,7	20,600	153	0,06	0,03	27,2	0,77	40,540	72,16	17,28	0,720
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
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>23,15</b>	<b>22,38</b>	<b>91,48</b>	<b>649,42</b>	<b>0,14</b>	<b>68,90</b>	<b>92,20</b>	<b>1,43</b>	<b>220,23</b>	<b>343,60</b>	<b>75,37</b>	<b>4,64</b>
<b>3 день</b>														
№ 52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2017	Салат из свеклы отварной	100	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0,00	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79
№ 294 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2017	Котлеты из мяса кур в томатном соусе с овощами	90/20	12,04	9,44	21,25	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	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	20	1,320	0,240	7,920	40	0,034	0	0	0,280	5,800	30,000	9,400	0,780
	<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>17,95</b>	<b>19,31</b>	<b>79,41</b>	<b>582,46</b>	<b>0,43</b>	<b>27,10</b>	<b>20,74</b>	<b>63,99</b>	<b>144,76</b>	<b>257,24</b>	<b>84,39</b>	<b>6,74</b>



4 день														
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 Дели +	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2
№ 279,331 Сбор.реж. На прод-ию для питания детей в дошк образоват учрежд Дели 2017	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,284	11,790	8,738	124	0,048	0,276	29,620	0,421	20,726	80,202	15,521	0,640
№ 203 Сбор.реж. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3	6,120	2,980	38,400	207	0,068	0,000	12,000	0,96	14,150	45,500	10,343	1,023
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	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	30	1,980	0,360	11,880	59	0,051	0	0	0,420	8,700	45,000	14,100	1,170
	<b>Итого:</b>	<b>633</b>	<b>17,64</b>	<b>18,84</b>	<b>80,34</b>	<b>548,03</b>	<b>0,24</b>	<b>13,45</b>	<b>41,62</b>	<b>2,35</b>	<b>80,24</b>	<b>201,75</b>	<b>59,55</b>	<b>6,13</b>

5 день														
№ 45 Сбор.реж. 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.реж. 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.реж. 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
	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>23,56</b>	<b>24,13</b>	<b>91,99</b>	<b>711,78</b>	<b>0,17</b>	<b>20,44</b>	<b>0,00</b>	<b>14,23</b>	<b>70,96</b>	<b>368,40</b>	<b>95,69</b>	<b>6,29</b>

6 день														
№ 234,330 Сбор.реж. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Биточки рыбные в сметанном соусе	80/20	9,75	10,10	12,92	146,52	0,05	0,54	10,92	4,08	32,80	120,77	19,25	1,07
№ 312 Сбор.реж. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели - 2017	Пюре картофельное	180/3	3,70	7,94	20,56	174,50	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21
№ 376 Сбор.реж. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с мармеладом	185/15	0,090	0,020	11,910	48		0,03			11,250	2,950	1,700	0,290
№ 426 Сбор.реж. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Булочка обсыпная	75	4,250	4,770	29,850	214	0,012	0,03	0	3,530	15,980	57,600	21,150	1,040
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	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
	<b>Итого:</b>	<b>608</b>	<b>21,39</b>	<b>23,31</b>	<b>97,92</b>	<b>693,27</b>	<b>0,30</b>	<b>22,39</b>	<b>10,92</b>	<b>8,44</b>	<b>116,20</b>	<b>334,73</b>	<b>89,00</b>	<b>4,72</b>
	<b>ВСЕГО за 12 дней:</b>	<b>7417</b>	<b>256,229</b>	<b>261,223</b>	<b>1097,54</b>	<b>7719,479</b>	<b>4,19014</b>	<b>232,257</b>	<b>470,6195</b>	<b>204,08</b>	<b>1428,203</b>	<b>4121,6806</b>	<b>1226,488</b>	<b>80,8808</b>
	<b>В среднем на 1 учащегося в день:</b>	<b>618</b>	<b>21,35</b>	<b>21,77</b>	<b>91,46</b>	<b>643,29</b>	<b>0,35</b>	<b>19,35</b>	<b>39,22</b>	<b>17,01</b>	<b>119,02</b>	<b>343,47</b>	<b>102,21</b>	<b>6,74</b>