



Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации питания учащихся старших классов (5-11 кл) в образовательных учреждениях РТ
на сумму: двести (9,20 руб)

Примерное ценовое двенадцатидневное меню на сумму дотации для учащихся общеобразовательных учреждений Республики Татарстан

1 - я неделя		Выход	Белок	Жиры	Углевод	Энерг	Сах	Лип	Елс	Р	Мг	Рг
Наименование блюд												
ПОНЕДЕЛЬНИК												
Табл 5 стр. 134. Меню. Система «Историческая Россия» - 2012												
20	1,46	2,50	8,80	63,60	0,02	0,00	0,80	0,80	3,96	14,00	5,48	0,26
Итого: 200 0,66 0,09 32,01 132,60 0,02 0,73 0,00 0,51 32,48 23,44 17,46 0,70												
Итого: 220 2,12 2,58 40,81 196,40 0,04 0,73 0,80 1,44 36,44 37,44 22,94 0,96												
ВТОРНИК												
Табл 6 стр. 202. Меню. Система «Историческая Россия» - 2012												
20	4,92	6,96	3,26	73,38	0,00	0,00	1,00	0,95	1,50	6,50	1,00	0,86
Итого: 185/10/5 0,12 0,03 10,16 41,70 0,00 2,03 0,00 0,01 12,95 3,90 2,00 0,30												
Итого: 220 5,03 6,96 13,42 115,08 0,00 2,03 1,00 0,96 14,45 12,40 3,00 1,15												
СРЕДА												
Табл 6 стр. 136. Меню. Система «Историческая Россия» - 2012												
35	2,07	1,85	26,25	128,10	0,03	0,00	0,00	0,84	3,85	17,50	3,15	0,28
Итого: 190/10 0,07 0,02 10,01 40,00 0,00 0,03 0,00 0,00 10,95 2,80 1,40 0,27												
Итого: 225 2,14 1,67 36,26 168,10 0,03 0,03 0,00 0,84 14,80 20,30 4,55 0,55												
ЧЕТВЕРГ												
Табл 6 стр. 136. Меню. Система «Историческая Россия» - 2012												
50	4,18	1,60	22,43	120,83	0,08	0,00	0,00	1,10	11,25	30,42	10,17	0,73
Итого: 200 0,16 0,16 27,08 114,60 0,01 0,90 0,00 0,08 14,18 4,40 5,14 0,85												
Итого: 250 4,34 1,76 50,31 235,43 0,09 0,90 0,00 1,18 25,43 42,82 21,31 1,69												
ПЯТНИЦА												
Табл 6 стр. 136. Меню. Система «Историческая Россия» - 2012												
30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,02	0,00	3,00	1,05	8,70	27,00	6,00	0,63
Итого: 190/10 0,07 0,02 10,01 40,00 0,00 0,03 0,00 0,00 10,95 2,80 1,40 0,27												
Итого: 230 2,32 2,96 32,33 165,10 0,02 0,03 3,00 1,05 15,65 29,80 7,40 0,90												
СУББОТА												
Табл 6 стр. 136. Меню. Система «Историческая Россия» - 2012												
35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,03	0,00	0,00	0,84	3,85	17,50	3,15	0,28
Итого: 190/10 0,07 0,02 10,01 40,00 0,00 0,03 0,00 0,00 10,95 2,80 1,40 0,27												
Итого: 235 2,14 1,67 36,26 168,10 0,03 0,03 0,00 0,84 14,80 20,30 4,55 0,55												
Итого: 1390 18,09 17,63 209,38 1048,21 0,22 3,75 4,80 6,31 125,57 163,06 61,75 5,78												

2 - в неделю

Наименование блюд

ПОНЕДЕЛЬНИК

табл.6 стр.136.Лит. Система и
квалификационные требования
к профессиям кулинар-бизнес - 2012

375.376.0317

Выходной	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	В1,мг	С1,мг	А1,мг	Е1,мг	Са	Р	Mg	Fe
30	3,21	0,38	21,36	101,70	0,05	0,00	0,00	0,45	7,20	27,30	5,40	0,48
180/10/10	0,11	0,06	10,99	44,70	0,00	1,03	0,00	0,02	12,55	3,90	2,30	0,49
Итого:	3,32	0,42	32,35	146,40	0,05	1,03	0,00	0,50	19,75	31,20	7,70	0,97

Чай с сахаром с яблоком

ВТОРНИК

табл.6 стр.136.Лит. Система и
квалификационные требования
к профессиям кулинар-бизнес - 2012

375.376.0317

20	1,46	2,57	8,80	63,60	0,02	0,00	0,80	0,63	3,95	14,00	5,48	0,26
185/10/10	0,24	0,09	12,44	54,20	0,00	50,03	0,00	0,19	13,80	3,65	2,25	0,40
Итого:	1,70	2,69	21,24	117,80	0,03	50,03	0,80	1,12	17,76	17,65	7,73	0,66

Чай "Витаминный с лимоником"

СРЕДА

табл.6 стр.136.Лит. Система и
квалификационные требования
к профессиям кулинар-бизнес - 2012

375.376.0317

35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,03	0,00	0,00	0,84	3,85	17,50	3,15	0,28
200	0,07	0,02	10,01	40,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,95	2,80	1,40	0,27
Итого:	2,14	1,67	36,26	168,10	0,03	0,03	0,00	0,84	14,80	20,30	4,55	0,55

Чай с сахаром

ЧЕТВЕРГ

табл.6 стр.136.Лит. Система и
квалификационные требования
к профессиям кулинар-бизнес - 2012

375.376.0317

50	3,64	6,26	21,96	159,00	0,06	0,00	2,00	2,33	9,90	35,00	13,70	0,65
200	0,16	0,16	27,68	114,60	0,01	0,90	0,00	0,08	14,16	4,40	5,14	0,95
Итого:	3,80	6,42	49,64	273,60	0,07	0,90	2,00	2,41	24,08	39,40	18,84	1,60

Булочка "Домашняя"

Компот из урюка

ПЯТНИЦА

табл.6 стр.136.Лит. Система и
квалификационные требования
к профессиям кулинар-бизнес - 2012

375.376.0317

20	1,46	2,50	8,80	63,60	0,02	0,00	0,80	0,93	3,96	14,00	5,48	0,26
180/10/10	0,11	0,06	10,99	44,70	0,00	1,03	0,00	0,02	12,55	3,90	2,30	0,49
Итого:	1,67	2,56	19,79	108,30	0,03	1,03	0,80	0,95	16,51	17,90	7,78	0,75

Чай с сахаром с яблоком

СУББОТА

табл.6 стр.136.Лит. Система и
квалификационные требования
к профессиям кулинар-бизнес - 2012

375.376.0317

30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,02	0,00	3,00	1,05	6,70	27,00	6,00	0,63
180/10	0,07	0,02	10,01	40,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,95	2,80	1,40	0,27
Итого:	2,32	2,96	32,33	165,10	0,02	0,03	3,00	1,05	19,65	29,80	7,40	0,90

Чай с сахаром

Итого:

Итого

Итого за 12 дней

Итого в среднем на 1 учащегося в день

1385	14,85	16,62	191,81	979,30	0,23	53,05	6,60	8,87	112,55	356,25	54,00	5,41
2775	32,94	34,25	401,19	2027,51	0,45	56,80	11,40	13,18	238,12	319,31	117,75	11,19
Итого:	2,74	2,95	33,43	168,96	0,04	4,73	0,95	1,10	19,84	26,81	9,81	0,93