

Согласовано  
Директор образовательного учреждения  
*С.М. Сулейманов* Л.Р.



Разработано и утверждено  
директор ООО "ФУЛСОНСЕРВИС"  
*С.Р. Харлямова*  
С.Р. Харлямова

**Примерное циклическое двенадцатидневное меню**  
Для организации дополнительного питания обучающихся группы продленного дня  
в общеобразовательных учреждениях Республики Татарстан

Директор ООО "ФУДСЕРВИС"  
Харламова Э.Р.



Примерное пикетное дневное меню группы продленного дня для учащихся образовательных учреждений  
Республики Татарстан

№ Сб.ред	Выходг	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергетичность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
№ 96,105 Сб.ред. На произ- во для общ. Во всех образ. учреж-Дейн 2017	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
Рассольник Ленинградский, с куриными фрикадельками, со сметаной													
ТТК	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
Компот из свежих яблок с изюмом													
№ 113 Сб.ред. На произ- во для общ. Во всех образ. учреж-Дейн 2017	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	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 Сб.ред. На произ- во для общ. Во всех образ. учреж-Дейн 2017	250/10	4,91	7,40	11,65	141,95	0,05	0,74	18,32	2,67	33,91	54,90	12,70	0,84
Суп-лапша домашняя с мясом птицы													
ТТК оставлена на основании акта проверки 2019 г от 29.10.19	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Напиток из пшеничника													
№ 6 стр. 134, 144, 204 Сметан и майонеза производител продукта питания Дейн - 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	7,56	8,04	44,29	289,55	0,12	100,74	18,32	3,85	63,95	103,34	30,24	2,64
СРЕДА													
№ 155 Сб.ред. На произ- во для общ. Во всех образ. учреж-Дейн 2015	250	5,92	5,55	16,14	138,25	0,16	5,81	0,00	2,44	52,28	137,98	38,30	1,81
Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне													
№ 348 Сб.ред. На произ- во для общ. Во всех образ. учреж-Дейн 2017	200	0,75	0,06	27,93	116,4	0,016	0,6	0	0,826	33,22	22,8	18,16	0,48
Компот из урожая													
№ 6 стр. 134, 144, 204 Сметан и майонеза производител продукта питания Дейн - 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:	460	8,65	5,97	55,95	314,05	0,22	6,41	0,00	3,69	94,20	205,78	70,56	3,46
ЧЕТВЕРГ													
№ 101 Сб.ред. На произ- во для общ. Во всех образ. учреж-Дейн 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
Суп крестьянский с крупой (пшено) с куриными фрикадельками, со сметаной													
№ 176 Сб.ред. На произ- во для общ. Во всех образ. учреж-Дейн 2017	190/10	0,11	0,02	12,73	51,30	0,00	0,10	0,00	0,00	4,87	3,65	2,35	0,43
Чай с мармеладом													
№ 6 стр. 134, 144, 204 Сметан и майонеза производител продукта питания Дейн - 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	5,07	7,37	31,68	215,65	0,10	10,10	8,98	2,76	58,45	95,69	32,51	2,29

**ПЯТНИЦА**

№ 115 Сбор рец. На прокормо  
для обрц. Во веск  
образ. уржеж-Деян 2017

Харчо с мясом птицы, со сметаной 250/10/5 3,05 7,41 1,94 85,55 0,02 1,01 10,82 2,36 31,76 31,98 8,00 0,40

№ 349 Сбор рец. На прокормо  
для обрц. Во веск  
образ. уржеж-Деян 2017

Компот из сухофруктов 200 0,83 0,11 40,02 166,00 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 5,86 7,88 53,83 310,95 0,09 1,91 10,82 3,41 81,06 106,28 43,93 2,44

№ 42 Сбор рец. На прокормо  
для обрц. Во веск  
образ. уржеж-Деян 2017

Борщ из свежей капусты с мясными  
фрикадельками, со сметаной 250/10/5 4,27 7,53 11,15 138,05 0,06 10,93 10,82 2,51 59,49 74,05 28,60 1,42

№ 376 Сбор рец. На прокормо  
для обрц. Во веск  
образ. уржеж-Деян 2017

Чай с сахаром 190/10 0,07 0,02 15 60,00 0,03 0,03 0,00 0,42 8,70 45,00 14,10 1,17

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 6,32 7,91 38,03 257,45 0,11 10,96 10,82 2,93 79,29 121,85 44,10 2,87

Всего за 6 дней 1 недели: 2930 39,20 44,79 277,48 1701,40 0,80 139,07 57,92 19,51 441,04 759,99 268,15 16,62

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

№ 88 Сбор рец. На прокормо  
для обрц. Во веск  
образ. уржеж-Деян 2017

Суп картофельный с вермишелью, с куринными  
фрикадельками 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

№ 377 Сбор рец. На прокормо  
для обрц. Во веск  
образ. уржеж-Деян 2017

Чай с сахаром и лимоном 185/10/5 0,112 0,018 10,15 41,32 2,03 0 0,006 13,25 3,96 2,16 0,333

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 6,14 4,54 40,28 239,57 0,17 10,38 3,98 1,87 55,75 126,95 44,98 2,74

№ 88 Сбор рец. На прокормо  
для обрц. Во веск  
образ. уржеж-Деян 2017

Ци из свежей капусты с картофелем на  
мясном бульоне, со сметаной 250/5 2,70 5,90 8,08 102,85 0,06 15,80 5,00 2,37 55,65 52,05 22,58 0,84

№ 349 Сбор рец. На прокормо  
для обрц. Во веск  
образ. уржеж-Деян 2017

Компот из сухофруктов 200 0,83 0,11 40,02 166,00 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: 485 5,50 6,37 59,98 328,25 0,13 16,70 5,00 3,42 104,95 126,35 58,50 2,88

**СРЕДА**

№ 86 Сбор рец. На прокормо  
для обрц. Во веск  
образ. уржеж-Деян 2016

Суп с рисовой крупкой и мясными  
фрикадельками 250/10 4,31 4,59 14,61 116,95 0,10 8,49 5,82 1,35 28,41 78,95 27,03 1,07

ТТК составлена на основании акта переписки 2019 г. от 29.10.19

табл.6 стр. 134,144,Хим. Состав и энергетическая ценность продуктов питания Дели - 2012

**ЧЕТВЕРТ**

№109 Сбор рещ. На производство для обл. Во всех округах, уррещ.-Дели 2017

Суп картофельный с горохом на курином бульоне

№376 Сбор рещ. На производство для обл. Во всех округах, уррещ.-Дели 2017

Чай с сахаром

табл.6 стр. 134,144,Хим. Состав и энергетическая ценность продуктов питания Дели - 2012

Хлеб ржаной

№95Сбор рещ. На производство для обл. Во всех округах, уррещ.-Дели 2017

Рассольник домашний с мясными фрикадельками

ТТК

Компот из изюма и урюка

табл.6 стр. 134,144,Хим. Состав и энергетическая ценность продуктов питания Дели - 2012

Хлеб ржаной

№376 Сбор рещ. На производство для обл. Во всех округах, уррещ.-Дели 2017

Чай с мармеладом

табл.6 стр. 134,144,Хим. Состав и энергетическая ценность продуктов питания Дели - 2012

Хлеб ржаной

№109 Сбор рещ. На производство для обл. Во всех округах, уррещ.-Дели 2017

Солянка

№376 Сбор рещ. На производство для обл. Во всех округах, уррещ.-Дели 2017

Чай с мармеладом

Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
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
<b>Итого:</b>	<b>490</b>	<b>6,97</b>	<b>5,23</b>	<b>47,25</b>	<b>264,55</b>	<b>0,16</b>	<b>108,49</b>	<b>5,82</b>	<b>2,53</b>	<b>58,45</b>	<b>127,39</b>	<b>44,57</b>	<b>2,87</b>
<b>ЧЕТВЕРТ</b>													
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	250	6,29	5,47	16,54	153,25	0,23	5,83	0,00	2,43	44,68	88,10	35,58	2,05
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15	60,00		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
<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>8,34</b>	<b>5,85</b>	<b>43,42</b>	<b>272,65</b>	<b>0,28</b>	<b>5,86</b>	<b>0,00</b>	<b>2,85</b>	<b>64,48</b>	<b>135,90</b>	<b>51,08</b>	<b>3,50</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>													
Рассольник домашний с мясными фрикадельками	250/10	4,43	6,95	12,72	140,70	0,10	13,36	5,82	2,47	45,11	82,23	30,10	1,26
Компот из изюма и урюка	200	0,55	0,07	28,89	119,30	0,02	0,30	0,00	0,45	26,77	21,08	13,14	0,47
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
<b>Итого:</b>	<b>490</b>	<b>6,96</b>	<b>7,38</b>	<b>53,49</b>	<b>319,40</b>	<b>0,17</b>	<b>13,66</b>	<b>5,82</b>	<b>3,34</b>	<b>80,58</b>	<b>148,31</b>	<b>57,34</b>	<b>2,90</b>
<b>СУББОТА</b>													
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
Чай с мармеладом	190/10	0,11	0,02	12,73	51,30	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
<b>Всего:</b>	<b>480</b>	<b>10,12</b>	<b>9,53</b>	<b>31,80</b>	<b>279,33</b>	<b>0,11</b>	<b>0,90</b>	<b>5,88</b>	<b>2,00</b>	<b>37,29</b>	<b>105,20</b>	<b>33,20</b>	<b>2,17</b>
<b>Всего за 6 дней 2 недели:</b>	<b>2915</b>	<b>44,04</b>	<b>38,89</b>	<b>276,22</b>	<b>1703,754348</b>	<b>1,018</b>	<b>155,99</b>	<b>26,495</b>	<b>15,998</b>	<b>401,502</b>	<b>770,092</b>	<b>289,66</b>	<b>17,06</b>
<b>Всего за 12 дней:</b>	<b>5845</b>	<b>83,24</b>	<b>83,68</b>	<b>553,70</b>	<b>3405,16</b>	<b>1,82</b>	<b>295,06</b>	<b>84,42</b>	<b>35,51</b>	<b>842,54</b>	<b>1530,08</b>	<b>557,81</b>	<b>33,68</b>
<b>В среднем на 1 учащегося в день</b>	<b>487</b>	<b>6,94</b>	<b>6,97</b>	<b>46,14</b>	<b>283,76</b>	<b>0,15</b>	<b>24,59</b>	<b>7,03</b>	<b>2,96</b>	<b>70,21</b>	<b>127,51</b>	<b>46,48</b>	<b>2,81</b>