

Примерное двухнедельное меню для образовательных учреждений Бавлинского муниципального района и города Бавлы Республики Татарстан на 2021 г. (ГПД).



№п/п	Наименование блюда	7-10 лет Масса порции	11-17 лет Масса порции	7-10 лет					11-17 лет				
				Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины С	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины С
				Б	Ж	У			Б	Ж	У		
1 неделя (понедельник)													
173	Каша молочная пшеничная с маслом	150/5	150/5	13,32	13,29	13,00	295,98	23,46	13,32	13,29	13,00	295,98	23,46
ПР	Хлеб пшеничный	40	40	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00
376	Чай с сахаром	200	200	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00
	Итого:			29,26	17,73	52,78	482,49	29,46	29,26	17,73	52,78	482,49	29,46
1 неделя (вторник)													
204	Макароны отварные с сыром	125	125	6,05	1,56	12,58	286,50	5,75	6,05	1,56	12,58	286,50	5,75
ПР	Хлеб пшеничный	40	40	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00
349	Компот из сухофруктов	200	200	1,04	0,00	26,96	127,44	0,80	1,04	0,00	26,96	127,44	0,80
	Итого:			11,03	2,94	66,32	551,17	6,55	11,03	2,94	66,32	551,17	6,55
1 неделя (среда)													
ПР	Выпечка в ассортименте	50	50	3,42	4,95	14,74	124,59	0,66	3,42	4,95	14,74	124,59	0,66
ПР	Фруктовый десерт	150	150	3,67	2,61	23,28	132,22	0,01	3,67	2,61	23,28	132,22	0,01
376	Чай с сахаром	200	200	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00
	Итого:			19,09	10,62	51,02	306,09	6,67	19,09	10,62	51,02	306,09	6,67
1 неделя (четверг)													
175	Каша молочная Дружба с маслом	150/5	150/5	8,55	13,00	7,86	294,78	12,28	8,55	13,00	7,86	294,78	12,28
349	Компот из сухофруктов	200	200	1,04	0,00	26,96	127,44	0,80	1,04	0,00	26,96	127,44	0,80
ПР	Хлеб пшеничный	40	40	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00
	Итого:			13,53	14,38	61,60	559,45	13,08	13,53	14,38	61,60	559,45	13,08
1 неделя (пятница)													
173	Каша молочная рисовая с маслом	150/5	150/5	9,55	13,30	7,86	194,78	12,28	9,55	13,30	7,86	194,78	12,28
ПР	Хлеб пшеничный	40	40	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00
376	Чай с сахаром	200	200	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00
	Итого:			25,49	17,74	47,64	381,29	18,28	25,49	17,74	47,64	381,29	18,28
2 неделя (понедельник)													
173	Каша молочная пшеничная с маслом	150/5	150/5	13,32	13,29	13,00	295,98	23,46	13,32	13,29	13,00	295,98	23,46
ПР	Хлеб пшеничный	40	40	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00
349	Компот из сухофруктов	200	200	1,04	0,00	26,96	127,44	0,80	1,04	0,00	26,96	127,44	0,80
	Итого:			18,30	14,67	66,74	560,65	24,26	18,30	14,67	66,74	560,65	24,26
2 неделя (вторник)													
96	Рассольник Ленинградский	200	200	14,50	15,01	11,93	292,25	0,50	14,50	15,01	11,93	292,25	0,50
376	Чай с сахаром	200	200	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	40	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00	3,94	1,38	26,78	137,23	0,00
	Итого:			30,44	19,45	51,71	478,76	6,50	30,44	19,45	51,71	478,76	6,50

Наименование блюда		Масса порции	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины С	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамин С
				Б	Ж	У			Б	Ж	У		
1 неделя (среда)													
ПР	Выпечка в ассортименте	50	50	9,56	12,06	16,60	280,75	7,55	9,56	12,06	16,60	280,75	7,55
ПР	Фруктовый десерт	150	150	3,67	2,61	23,28	132,22	0,01	3,67	2,61	23,28	132,22	0,01
376	Чай с сахаром	200	200	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00
Итого:				25,23	17,73	52,88	462,25	13,56	25,23	17,73	52,88	462,25	13,56
2 неделя (четверг)													
ПР	Выпечка в ассортименте	50	50	9,56	12,06	16,60	280,75	7,55	9,56	12,06	16,60	280,75	7,55
349	Компот из сухофруктов	200	200	1,04	0,00	26,96	127,44	0,80	1,04	0,00	26,96	127,44	0,80
Итого:				10,60	12,06	43,56	408,19	8,35	10,60	12,06	43,56	408,19	8,35
2 неделя (пятница)													
173	Каша молочная ячневая с маслом	150/5	150/5	9,55	13,30	7,86	194,78	12,28	9,55	13,30	7,86	194,78	12,28
ПР	Хлеб пшеничный	35	35	3,45	1,21	23,43	120,07	0,00	3,45	1,21	23,43	120,07	0,00
376	Чай с сахаром	200	200	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00	12,00	3,06	13,00	49,28	6,00
Итого:				25,00	17,57	44,29	364,13	18,28	25,00	17,57	44,29	364,13	18,28
Всего:				207,97	144,89	538,54	4554,47	144,98	207,97	144,89	538,54	4554,47	144,98
				Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Калорийность, ккал	С, мг	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Калорийность, ккал	С, мг
Химический состав за плановый период				207,97	144,89	538,54	4554,47	144,98	207,97	144,89	538,54	4554,47	144,98
Средний химический состав за плановый период				17,33	12,07	44,88	379,54	12,08	17,33	12,07	44,88	379,54	12,08