

Начальное

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "ВИТАРА"



Е.А.Шулина

20 г

Примерное двенадцатидневное меню

Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан на 2021 учебный год

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ С 1-4 КЛАССЫ

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийнос ть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
1 день														
15	СЫР ПОРЦИЯМИ	20	4,64	5,9	-	71,66	0,01	0,14	52	0,1	176	100	7	0,2
46	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,073	3,06	6,7	73,2	0,02	10,122	-	-	20,093	17,61	9,6	0,59
295	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С СОУСОМ	50/30	9,648	10,88	11,4	182,4	0,072	0,636	31,56	-	42,44	65,496	14,376	0,91
171	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,9	3,55	39,86	151,86	0,2	-	-	-	14,6	210	140	5,01
377	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/15/7	0,084	0,012	9,87	62	0,003			0,014	3,25	1,54	0,84	0,087
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	-	-	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	Итого:		104,808	23,842	91,59	656,12	0,352	10,898	83,56	0,552	265,14	426,866	179,016	7,499

№ рец.	Наименование блюд	Выход	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
	1-ая неделя													
	2 день													
338	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	0,2	16	11	9	2,2
75	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	0,845	3,608	4,956	55,68	21,279	3,99	-		21,279	24,38	12,417	0,795
289	РАГУ ИЗ КУРИЦЫ	50/150	13,34	12,171	17,37	192,71	0,1	13,37	24	-	32,67	157,83	41,14	2,091
382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,972	2,1	25,168	145	0,044	1,3	20	0,012	125,72	116,2	31	1,04
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	-	-	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	Итого:		21,837	18,719	81,054	555,39	21,5	28,66	44	0,65	204,429	341,63	100,757	6,828

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийност ь, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
3 день														
62	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	60	0,74	1,128	6,886	49,02	0,035	15,456	-		15,456	31,66	21,629	0,399
279	ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ 2-Й ВАРИАНТ С СОУСОМ	60/40	12,26	14,67	8,23	143,12	0,048	0,36	28,8	0,396	20,64	72,55	14,4	0,6
202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,1	4,468	28,5	187	0,087	-	21	0,816	16,557	47,009	8,479	0,869
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С КУРАГОЙ	200/15/7	0,521	0,005	21,725	88	0,15	-	0,09	1,5	100,45	80	40	1,845
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	-	-	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	Итого:		21,901	20,711	89,101	582,14	0,367	15,816	49,89	3,15	161,863	263,439	91,708	4,415

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
4 день														
45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,786	1,95	3,76	35,8	0,012	11,3	-	5,06	17,3	16,7	17	0,3
234	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	50/30	8,256	6,72	11,53	214,716	0,056	0,408	17,76	-	52,956	119,46	26,796	0,948
312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	5,06	8,8	20,44	139,23	0,14	18,16	-	-	36,975	86,595	27,75	1,01
377	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/15/7	0,2	0,004	14,49	58,05	-	-	20,32	-	0,44	-	-	0,044
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	-	-	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	Итого:		17,582	17,914	73,98	562,796	0,255	29,868	38,08	5,498	116,43	254,975	78,746	3,004

№ рец.	Наименование блюд	Выход	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
	1-ая неделя													
	5 день													
52	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,845	3,608	4,956	55,68	21,279	3,99	-		21,279	24,38	12,417	0,795
291	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	150/50	18,01	8,95	36,45	298,67	0,15	6,5	28	-	36,09	189,33	53,93	1,86
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/15/7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,8	-	0,014	3,25	1,54	0,84	0,087
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	-	-	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	Итого:		22,219	13,01	80,351	531,35	21,479	13,29	28	0,452	69,379	247,47	74,387	3,444

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Исергаповская средняя общеобразовательная школа»

Бавлинского муниципального района Республики Татарстан

ПРИКАЗ-ОД

« 19 » сентября 2021 г.

с. Исергапово

О назначении ответственного за библиотечный фонд


С целью своевременного обеспечения учащихся учебными пособиями и художественной литературой
ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Назначить ответственным за выдачу и прием учебников, учебных пособий, художественной литературы и учебные пособия учителя музыки Г. Р. Латыпову с 1 сентября 2021 по 31 августа 2022 года

2. Контроль за исполнением данного приказа оставляю за собой

Директор школы

С приказом ознакомлена и согласна

 Г. Р. Латыпова

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАПАННОЙ КАПУСТЫ	60	7,86	1,95	3,76	35,8	0,012	11,3	-	5,06	17,3	16,7	17	0,3
145	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	13,35	5,75	21,105	195	0,15	17,98	12	-	33,195	84,69	28,665	1,215
295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	50/30	6,48	8,88	11,4	182,4	0,072	0,636	31,56	-	42,44	65,496	14,376	0,912
378	САЛАТ ИЗ МЯСА С СОСИСАМИ	200	42,28	1,26	14,8	75,3	0,04	1,24	-	-	118	86,3	14,3	0,38
	ЛЕПЕШКИ ПШЕНИЧНЫЕ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ЛЕПЕШКИ СЕЛЬСКИЕ	20	1	0,2	9	44	0,014	-	-	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	Итого:		74,29	19,105	74,825	603,5	0,321	31,156	43,56	5,498	219,695	285,406	81,541	3,509
	Средняя за первую неделю:		4,93	8,884	81,817	581,883	7,379	21,615	47,848	2,633	172,823	303,298	101,026	4,783