

Сотпсовшо
Руководитель общеобразовательного учреждения

Разработано и утверждено
Директор ООО "АБК-Прйммент"

Р.Р. Рахматуллин



Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации дополнительного питания обучающихся группы продленного дня
в общеобразовательных учреждениях Республики Татарстан

Утверждено
Директор ООО "АБК-Таймекс"
Рахматуллин Р.Р.



Согласовано
Руководитель образовательного
учреждения

Примерное циклическое дневное дополнительное меню для учащихся группы продленного дня образовательных учреждений
Азнакаевского муниципального района Республики Татарстан

1 неделя														
№ Сб.реч	Наименование продуктов	Выход,г	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергетичность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
№ 82,105 Сбор.реч. На проп-но для общ. Во всех образ.учреж.-дети 2017	ПОНЕДЕЛЬНИК													
	Борщ из св.капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	4,13	6,96	11,19	133,42	0,06	10,75	7,20	2,49	56,49	80,49	30,12	1,41
	Кисель	200	0,6	0,1	30,2	123,6	0,002	1,1	0,00	0,00	15,7	16,3	3,36	0,37
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,7	45	14,1	1,17
табл 6 стр 144 2012 Дзем	Итого:	496	6,71	7,42	53,27	316,42	0,11	11,85	7,20	2,91	80,89	141,79	47,58	2,95
	ВТОРНИК													
№ Сбор.реч. На проп-но для общ. Во всех образ.учреж.-дети 2017	Рассольник Ленинградский с мясом птицы, со сметаной	250/10/5	2,41	7,34	12,52	131,55	0,10	8,44	15,00	2,40	42,35	65,88	25,53	0,96
№ 342 Сбор.реч. На проп-но для общ. Во всех образ.учреж.-дети 2017	Компот из свежих яблок	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
табл 6 стр 144 2012 Дзем	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	495	4,55	7,86	38,31	249,69	0,16	9,34	15,00	2,90	65,23	115,28	44,77	3,08
	СРЕДА													
№ 119,105 Сбор.реч. На проп-но для общ. Во всех образ.учреж.-дети 2017	Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками	250/11	7,68	6,56	16,62	169,82	0,24	5,88	2,20	2,50	45,04	110,94	39,12	2,22
№ 348 Сбор.реч. На проп-но для общ. Во всех образ.учреж.-дети 2017	Напиток из сухофруктов	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
табл 6 стр 144 2012 Дзем	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	491	10,33	7,01	50,53	322,12	0,30	6,61	2,20	3,42	86,22	179,38	70,68	4,09
	ЧЕТВЕРТ													
№ 99 Сбор.реч. На проп-но для общ. Во всех образ.учреж.-дети 2017	Суп из овощей с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	4,65	7,61	9,30	132,98	0,08	10,24	9,76	2,38	43,25	82,80	25,63	0,99
№ 346 Сбор.реч. На проп-но для общ. Во всех образ.учреж.-дети 2017	Компот из цитрусов	200	0,45	0,10	33,99	141,20	0,02	12,00	0,00	0,00	23,02	11,50	7,63	0,24

табл 6 стр 144/2012 Ленин	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	496	7,08	8,07	55,17	333,58	0,15	22,24	9,76	2,80	74,97	139,30	47,36	2,40
№ 97 Сборщик. На прок- но для общ. Во всех образ.учреж.-Ленин 2017	ПЯТНИЦА													
	Суп картофельный с мясом птицы	250/10	5,42	3,39	16,87	130,80	0,14	12,00	2,00	1,31	34,35	92,03	33,40	3,20
	Кисель	200	0,60	0,10	30,20	123,60	0,002	1,10	0,00	0,00	15,70	16,30	3,36	0,37
табл 6 стр 144/2012 Ленин	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	490	8,00	3,85	58,95	313,80	0,19	13,10	2,00	1,73	58,75	153,33	50,86	4,74
№ 429 Сборщик. На прок- но для общ. Во всех образ.учреж.-Ленин 2017	СУББОТА													
	Булочка "Веснушка" с изюмом	75	5,85	4,59	35,85	208,50	0,11	0,00	4,50	0,00	16,95	58,80	22,80	1,10
№ 348 Сборщик. На прок- но для общ. Во всех образ.учреж.-Ленин 2017	Напиток из сухофруктов	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
	Итого:	275	6,51	4,68	57,88	301,40	0,12	0,73	4,50	0,51	49,43	82,24	40,26	1,79
	Всего за 6 дней:	2743	43,17	38,89	314,11	1837,01	1,03	63,86	40,66	14,26	415,49	811,32	301,50	19,05

2 неделя

	ПОНЕДЕЛЬНИК													
№ 88 Сборщик. На прок- но для общ. Во всех образ.учреж.-Ленин 2017	Щи из свежей капусты с картофелем с мясными фрикадельками сметаной	250/11/5	4,09	6,99	8,16	119,42	0,07	15,85	7,20	2,44	56,02	74,89	26,12	1,01
№ 394 Сборщик. На прок- но для общ. Во всех образ.учреж.-Ленин 2016	Напиток из изюма	200	0,44	0,02	27,76	113,00	0,002	0,40	0,00	0,00	31,82	15,40	6,00	1,24
табл 6 стр 144/2012 Ленин	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	496	6,51	7,37	47,80	291,82	0,12	16,25	7,20	2,86	96,54	135,29	46,22	3,42
	ВТОРНИК													
№ 117 Сборщик. На прок- но для общ. Во всех образ.учреж.-Ленин 2017	Суп картофельный с вермишелью с мясом птицы	250/10	5,59	7,86	16,71	159,32	0,10	7,99	2,94	0,00	33,24	83,32	29,05	1,56
№ 342 Сборщик. На прок- но для общ. Во всех образ.учреж.-Ленин 2017	Компот из свежих яблок	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
табл 6 стр 144/2012 Ленин	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	490	7,73	8,38	42,50	277,46	0,16	8,89	2,94	0,50	56,12	132,72	48,29	3,68
№ 96 Сборщик. На прок- но для общ. Во всех образ.учреж.-Ленин 2017	СРЕДА													
	Расходник Ленинградский с мясом птицы, со сметаной	250/10/5	5,60	9,06	11,98	157,42	0,09	8,48	18,11	2,43	44,48	84,56	27,19	1,18

ТТК оставлена на основании акта переработки 2019 г от 29.10.19	Напиток из сухофруктов	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
табл 6 стр 144/2012 Лесн	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	496	8,24	9,51	45,89	309,72	0,16	9,21	18,11	3,36	85,66	153,00	58,75	3,05
№ 105, 37 Сборщик. На прот-но для общ. Во всех образ-х-десн 2017	ЧЕТВЕРГ													
№ 377 Сборщик. На прот-но для общ. Во всех образ-х-десн 2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/11	4,54	4,12	16,95	135,57	0,14	12,06	2,20	1,35	32,82	100,57	34,94	1,37
табл 6 стр 144/2012 Лесн	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,2	42,00	0	2,83	0	0,01	14,05	4,4	2,4	0,34
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	491	6,65	4,50	39,03	236,97	0,19	14,89	2,20	1,78	55,57	149,97	51,44	2,88
	ПЯТНИЦА													
№ 113 Сборщик. На прот-но для общ. Во всех образ-х-десн 2017	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/10	5,65	6,10	11,62	132,55	0,05	0,50	14,50	2,61	32,45	52,80	12,68	2,65
№ 389 Сборщик. На прот-но для общ. Во всех образ-х-десн 2017	Сок (нектар) разливной	200	1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
табл 6 стр 144/2012 Лесн	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	490	8,6	6,5	43,7	276,8	0,1	4,5	14,5	3,2	55,2	111,8	34,8	6,6
	СУББОТА													
№ 405, 410 Сборщик. На прот-но для общ. Во всех образ-х-десн 2017	Ватрушка с повидлом	75	4,46	2,98	44,12	222,00	0,08	0,08	18,75	0,60	16,25	44,58	18,12	1,12
№ 376 Сборщик. На прот-но для общ. Во всех образ-х-десн 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	9,52	38,10	0,00	0,03	0,00	0,00	10,43	2,67	1,33	0,25
табл 6 стр 144/2012 Лесн	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,0	0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Итого:	305	6,51	3,36	65,52	319,50	0,13	0,11	18,75	1,02	35,38	92,25	33,55	2,54
	Всего:	2768	44,26	39,58	284,45	1712,22	0,89	53,84	63,70	12,73	384,41	775,03	273,03	22,19
	Всего за 12 дней:	5511	87,43	78,46	598,56	3549,23	1,92	117,70	104,36	26,99	799,91	1586,34	574,53	41,23
	В среднем на 1 учащегося в день	459	7,29	6,54	49,88	295,77	0,16	9,81	8,70	2,25	66,66	132,20	47,88	3,44