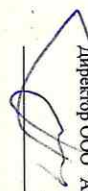


Сотисовано
Руководитель общеобразовательного учреждения

Разработано и утверждено
Директор ООО "АБК-Пэймент"

Р.Р. Рахматуллина



Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации питания обучающихся общеобразовательных организаций Республики Татарстан
в возрасте с 12 лет и старше (5-11 классы)

(общееобразовательные организации с режимом обучения до 6 часов

[illegible]

3 день														
№ 233 Сбор. реч. На продажу для общ., во всех образц.учреж.-деин 2017.	Курные бедра запеченные с томатным соусом	90/20	12,00	10,04	13,76	195,10	0,10	3,04	64,92	1,70	47,55	162,01	24,73	1,65
366/2016 № Сбор.реч. На продажу для общ., во всех образц.учреж.-деин 2017	Рис отварной рассыпчатый	180	5,45	11,45	44,12	262,64	0,03	0,00	0,00	0,34	1,64	73,13	19,60	0,63
№ 376 Сбор.реч. На продажу для общ., во всех образц.учреж.-деин 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 144, 2012	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Дейн +	Итого:	530	20,36	21,91	85,64	584,34	0,19	3,07	64,92	2,54	69,93	280,94	57,94	3,54
4 день														

№293 Сбор. рещ. На прод.-но для общ. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017	1 день	Птица запеченная	100	9,87	17,72	0,00	210,40	0,08	2,70	107,20	2,12	54,10	190,58	24,92	2,20
	№203 Сбор. рещ. На прод.-но для общ. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3	6,10	3,40	38,22	222,60	0,07	0,00	14,35	0,95	14,24	45,53	10,31	1,02
№376 Сбор. рещ. На прод.-но для общ. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017	Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 144, 2012	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26
		Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 144, 2012	Дети +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
		Итого:	523	18,88	21,54	65,98	559,60	0,21	2,73	121,55	3,57	89,09	281,91	48,83	4,48

2 день		Овощи тушеные с мясным фаршем	50/200	12,33	13,28	46,58	346,67	0,02	18,77	39,00	0,00	68,94	172,79	38,24	2,24
№143,241 Сбор. рещ. На прод.-но для общ. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017	ТК	Чай "Витаминный"	185/10/5	0,24	0,09	12,420	54	0,004	50,03	0	0,19	13,950	3,65	2,25	0,410
		Булочка "Веснушка"	50	2,89	3,06	14,28	109	0,07	0	3	1,41	11,3	39,2	15,2	0,73
№456 Сбор. рещ. На прод.-но для общ. Во всех образ. учрежд.-Дети 2016	Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 144, 2012	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
		Итого:	520	16,78	16,67	81,20	549,47	0,13	68,80	42,00	1,88	99,99	245,64	65,09	4,16

3 день		Котлеты из мяса кур в томатном соусе с овощами	60/40	10,52	6,75	21,90	182,90	0,09	0,55	8,32	0,08	94,18	165,30	4,33	0,42
№235 Сбор. рещ. На прод.-но для общ. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017; №367 сбор. рещ. 2016	№312 Сбор. рещ. На прод.-но для общ. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	20,53	154,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21
		Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26
№376 Сбор. рещ. На прод.-но для общ. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017	Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 144, 2012	Дети +	Итого:	520	17,11	12,93	70,19	464,20	0,31	22,37	8,32	0,80	159,30	315,01	51,23	2,89

4 день		Терфетли мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,28	11,79	8,74	123,99	0,05	0,28	29,62	0,42	20,73	80,20	15,52	0,64
№279,331 Сбор. рещ. На прод.-но для питания детей в дошкольном учрежд.-Дети 2017	№203 Сбор. рещ. На прод.-но для общ. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017	Макаронные изделия отварные	180	7,16	11,60	8,59	121,96	0,05	0,27	29,13	0,41	20,39	78,89	15,27	0,63

№ 388 Сбор. реч. На прод.-но для обрч. Во всех образ. учреж.-деин 2017 Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели +	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	10,78	48,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,04	3,44	3,44	0,60
	Хлеб пшеничный	20	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
	Хлеб ржаной	20	2,31	0,42	13,86	69,30	0,06	0,00	0,00	0,49	10,15	52,50	16,45	1,37
	Итого:	520	20,10	35,96	48,41	445,70	0,20	100,55	58,75	2,47	79,30	237,78	55,58	3,62

№ 255 Сбор. реч. На прод.-но для обрч. Во всех образ. учреж.-деин 2017 № 276 Сбор. реч. На прод.-но для обрч. Во всех образ. учреж.-деин 2017 Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели +	5 День	Плов из говядины с рисом	50/200	18,97	20,36	54,79	509,83	0,08	2,31	0,00	5,25	22,04	285,70	63,75	4,13
		Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10	0,11	0,06	10,99	45,05	0,00	1,03		0,02	12,70	3,90	2,30	0,50
		Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
		Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	9,90	49,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	37,50	11,75	0,98
	Итого:		495	22,25	20,88	85,52	651,38	0,15	3,34	0,00	5,84	45,99	340,10	80,60	5,83

№ 234, 330 Сбор. реч. На прод.-но для обрч. Во всех образ. учреж.-деин 2017 № 303 Сбор. реч. На прод.-но для обрч. Во всех образ. учреж.-деин 2017 № 376 Сбор. реч. На прод.-но для обрч. Во всех образ. учреж.-деин 2017 № 426 Сбор. реч. На прод.-но для обрч. Во всех образ. учреж.-деин 2017 Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели +	6 День	Биточки рыбные в сметанном соусе	60/40	9,11	10,10	12,92	146,52	0,05	0,54	10,92	4,08	32,80	120,77	19,25	1,07
		Каша гречневая вязкая	180	5,50	6,49	24,63	174,60	0,14	0,00	0,00	0,41	10,13	130,64	86,44	2,91
		Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26
		Булочка обсыпная	50	2,83	3,18	19,90	142,67	0,01	0,02	0,00	2,35	10,65	38,40	14,10	0,69
		Хлеб ржаной	20	1,65	0,30	9,90	49,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	37,50	11,75	0,98
	Итого:		550	19,15	20,09	77,34	553,29	0,24	0,59	10,92	7,19	71,79	330,11	132,93	5,90
	ВСЕГО за 12 дней:		6326	276,22	294,3582	926,677	6498,236	3,40159	221,889	442,2207	57,5509	1133,726	4020,2725	1074,113	66,5016
	В среднем на 1 учащегося в день:		527	23,02	24,53	77,22	541,52	0,28	18,49	36,85	4,80	94,48	335,02	89,51	5,54