

Согласовано
Руководитель образовательного учреждения



Разработано и утверждено
Директор ООО "АБК-ПЭЙМЕНТ"
Р.Р.Рахматуллин



Примерное циклическое двенадцатидневное меню

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

Меню дополнительного питания															
№ Сб.реч.	Наименование продуктов	Выход,г	Стоимость, руб	Белки,г	Жиры,г	Угл-дыдг	Энерг.ценность (ккал)	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Мg	Fe
ТТК	Суп с гречевой крупой (на костном бульоне)	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0,00	1,23	26,70	55,98	22,78	0,88	
№ 420/2017	Котлета из мяса птицы с гороховым пюре с маслом сливочным	50/150/3	22,28	8,33	43,03	335,26	0,60	0,45	18,88	34,63	122,32	250,22	72,80	6,49	
№ 342/2017	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,012	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,952	
№ 82,109/2017	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	
табл 6 стр 144 Дели + 2012	Хлеб ржано-пшеничный	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:		703	27,91	11,72	104,74	642,01	0,77	9,60	18,88	36,58	175,90	368,60	117,61	9,70	
СУББОТА															
Меню дополнительного питания															
№ 102/2017	Суп картофельный с горохом, с мясом птицы	250/10	7,83	7,13	16,57	174,45	0,23	6,06	5,82	2,52	48,04	104,50	37,60	2,24	
№ 210/2017	Омлет натуральный	200	18,59	33,10	3,52	386,21	0,14	0,34	432,76	1,00	137,45	301,03	21,52	3,52	
ТТК	Кисель	200	0,6	0,1	30,2	123,60	0,002	1,100	0,00	0,50	15,7	16,3	3,36	0,37	
табл 6 стр 144 Дели + 2012	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20	2,84	0,40	17,76	86,60	0,06	0,00	0,00	438,58	4,02	210,98	464,83	74,68	7,13
Итого:		700	29,86	40,73	68,05	770,86	0,43	7,51	438,58	4,02	210,98	464,83	74,68	7,13	
Всего за 6 дней:															
		4206	134,29	139,16	507,44	3876,16	2,28	267,11	605,04	60,80	1051,48	2135,97	550,73	38,04	

2 неделя

№ Сб.реч.	Наименование продуктов	Выход,г	Стоимость, руб	Белки,г	Жиры,г	Угл-дыдг	Энерг.ценность (ккал)	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Мg	Fe
Понедельник															
Меню дополнительного питания															
№ 82,109/2017	Борщ из свежей капусты (на костном бульоне), со сметаной	250/7	1,98	5,97	11,18	115,09	0,05	10,70	7,00	2,42	55,89	58,87	26,76	1,24	
ТТК	Котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным	50/150/3	14,36	7,59	40,03	286,06	0,16	0,45	18,88	34,96	40,60	76,57	19,72	2,66	
№ 342/2017	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70	
табл 6 стр 144 Дели + 2012	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20	2,84	0,40	17,76	86,60	0,06	0,00	0,00	0,50	9,80	43,00	12,20	1,00	
Итого:		700	19,85	14,05	100,99	620,55	0,28	11,88	25,88	38,38	138,77	201,88	76,13	5,59	
ВТОРНИК															
Меню дополнительного питания															
№ 97/2017	Суп картофельный с мясом индейки	250/10	4,88	4,94	16,90	143,40	0,15	12,31	3,26	1,34	35,53	96,69	33,66	1,66	
ТТК	Сосиски отварные с кашей геркулесовой молочной с маслом сливочным	50/150/3	12,25	18,73	30,24	339,80	0,25	0,72	23,10	0,70	135,21	276,80	64,04	2,45	
№ 342/2017	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,012	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,952	
табл 6 стр 144 Дели + 2012	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20	2,84	0,40	17,76	86,60	0,06	0,00	0,00	0,50	9,80	43,00	12,20	1,00	
Итого:		703	20,14	24,23	92,78	684,40	0,46	13,93	26,36	2,62	194,72	420,88	115,04	6,06	
СРЕДА															
Меню дополнительного питания															
№ 119,105/2017	Суп гороховый на костном бульоне, с гречками	250/10	8,56	48,10	20,86	575,75	0,31	1,00	0,00	22,36	55,03	101,93	38,43	2,79	
ТТК	Котлета из мяса птицы с кашей пшеничной молочной, с маслом сливочным	150/50/3	16,13	11,39	45,03	348,76	0,29	1,62	36,88	34,28	165,11	220,77	58,70	3,02	
№ 388/2017	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	

