

Примерный вариант оформления документа

Примерное двенадцатилетнее циклическое дополнительное меню группы продвинутого для учащихся образовательных учреждений Республики Татарстан

I неделя															
№ Сборник рецептов	Наименование продуктов	Стоимость, руб	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Угл-дыд,г	Энергичность (ккал)	Вит,г	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe
ПОНЕДЕЛЬНИК															
№ 8/2017	Меню дополнительного питания														
	Борщ из свежей капусты с картофелем, 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	Жаркое с отварной индейкой		40/160	12,17	28,17	21,04	387,47	0,12	9,28	23,28	4,02	52,27	182,29	43,50	4,20
	Чай с сахаром		200	0,07	0,02	10,01	40,00	0	0,030	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
378/2017 табл 6 стр 144 Дополн. 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:	65	697	17,06	34,56	59,99	629,16	0,22	20,01	30,28	6,94	128,90	286,96	83,85	6,70
ВТОРНИК															
№ 10/28/2017	Меню дополнительного питания														
	Суп - лапша с картофелем, с мясом птицы		250/10	5,65	6,10	11,62	132,55	0,05	0,50	13,00	2,58	29,53	42,08	11,18	1,15
ТТК	Котлета из говядины с кашей геркулесовой молочной с маслом сливочным		50/150/3	14,32	14,19	36,09	330,27	0,17	0,72	26,23	1,18	117,72	255,85	63,37	2,51
	Чай с сахаром и лимоном		185/10/5	0,115	0,025	10,16	41,70	0,002	2,030	0	0,01	12,95	3,9	2	0,295
№ 377 Сборник. Табл 6 стр 144 Дополн. 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:	65	703	22,92	20,72	75,63	591,12	0,29	3,25	39,23	4,27	170,00	344,82	88,74	4,95
СРЕДА															
№ 8/2017	Меню дополнительного питания														
	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной		250/10	2,03	6,45	8,26	105,95	0,06	15,82	10,00	2,38	58,05	55,10	23,03	0,85
ТТК	Плов из птицы с перловой крупой и овощами		40/160	14,81	8,67	32,62	268,00	0,11	1,84	13,04	0,86	44,88	239,68	35,36	2,86
	Напиток из изюма и яблок		200	0,25	0,12	28,87	118,40	0,02	0,45	0,00	0,08	17,25	11,88	6,63	0,70
№ 346/2017 табл 6 стр 144 Дополн. 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:	65	700	19,93	15,64	87,50	578,95	0,25	18,11	23,04	3,82	129,98	349,66	77,22	5,40
ЧЕТВЕРГ															
№ 10/20/17	Меню дополнительного питания														
	Суп картофельный, с мясом птицы		250/10	4,68	4,68	16,90	140,20	0,14	12,24	5,82	1,37	35,81	94,13	33,43	1,39
ТТК. ЛП №657 от 28.04.2020	Каша пшеница молочная с маслом сливочным		180/3	6,71	5,98	33,26	214,88	0,17	1,05	26,98	0,12	122,78	164,04	42,84	1,09
	Чай с сахаром		200	0,07	0,02	10,01	40,00	0	0,030	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
378/2017 табл 6 стр 144 Дополн. 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:	65	673	13,44	11,04	72,06	454,48	0,36	13,32	32,80	1,91	178,24	305,97	91,77	3,92

ПЯТНИЦА													
Меню дополнительного питания													
ТК													
№ 4302017		250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0,00	1,23	26,70	55,98	22,78
		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
ТК		200	0,6	0,1	30,2	123,60	0,002	1,100			15,7	16,3	3,36
№ 4302017		20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80
		30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10
Итого:	65	703	28,35	11,66	107,06	651,01	0,76	9,80	18,88	36,50	177,42	380,50	115,83
СУББОТА													
Меню дополнительного питания													
№ 4302017		250/10/7	4,19	7,31	12,31	138,20	0,10	8,45	9,00	2,44	37,46	81,76	28,03
ТК		100	10,10	11,27	1,79	149,06	0,08	0,19	199,05	0,46	72,95	161,89	11,78
№ 4302017		185/10/5	0,115	0,025	10,16	41,70	0,002	2,030	0	0,01	12,95	3,9	2
ТК		20/20	2,84	0,40	17,76	86,60	0,06	0,00	0,00	0,50	9,80	43,00	12,20
Итого:	65	607	17,25	19,01	42,02	415,56	0,23	10,67	208,05	3,41	133,16	290,55	54,01
Всего за 6 дней:		4083	118,94	112,63	444,26	3320,28	2,11	75,16	352,27	56,84	917,70	1958,46	511,41

2 недели

№ СБ рен	Наименование продуктов	Стоимость, руб	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл-ды, г	Энергичность (ккал)	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са	P	Mg	Fe
Понедельник															
Меню дополнительного питания															
№ 4210902017			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
ТК			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
№ 4302017			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
ТК			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:	65		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															
№ 41910502017			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
ТК			180/3	7,76	7,75	34,17	238,80	0,21	1,17	30,00	0,64	151,08	228,21	60,66	1,70
№ 4377 Сб рен. 18			185/10/5	0,115	0,025	10,16	41,70	0,002	2,030	0	0,01	12,95	3,9	2	0,295
ТК			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:	65		683	19,28	56,28	82,95	942,85	0,57	4,20	30,00	23,51	228,86	377,04	113,29	5,78

СРЕДА													
Меню дополнительного питания													
№ 9/7/2017	Суп картофельный на курином бульоне												
г/к	250	2,34	2,83	16,87	114,00	0,13	12,00	0,00	1,28	30,45	77,73	31,40	1,20
Котлеты из говядины с кашей пшеничной молочной, с маслом сливочным													
г/к	50/150/3	13,54	15,48	39,99	356,30	0,16	0,86	32,40	1,93	89,99	222,90	60,20	2,52
№ 3/8/2017	Напиток из яблок и яблок												
табл 6 стр 144 Доп. + 2012	200	0,25	0,12	28,87	118,40	0,02	0,45	0,00	0,08	17,25	11,88	6,63	0,70
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный													
г/к	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:	65	18,98	18,83	103,49	675,30	0,36	13,31	32,40	3,79	147,49	355,50	110,43	5,42
ЧЕТВЕРГ													
Меню дополнительного питания													
г/к	250/10	8,29	10,65	7,55	184,83	0,06	0,84	15,88	1,61	32,53	62,65	17,65	0,60
17/4/2017	180	3,03	18,84	14,74	243,43	0,10	21,45	78,86	3,45	63,70	77,14	27,87	1,03
37/6/2017	200	0,07	0,02	10,01	40,00	0	0,030	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
табл 6 стр 144 Доп. + 2012	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:	65	14,23	29,91	50,06	554,86	0,22	22,32	94,73	5,55	116,98	185,59	59,12	2,89
ПЯТНИЦА													
Меню дополнительного питания													
№ 9/6/2017	250/10/7	3,56	7,46	13,03	139,19	0,10	8,51	10,98	2,39	39,91	71,41	26,25	1,05
№ 21/6/2017	100	10,10	11,27	1,79	149,06	0,08	0,19	199,05	0,46	72,95	161,89	11,78	1,76
г/к	200	0,6	0,1	30,2	123,60	0,002	1,100			15,7	16,3	3,36	0,37
табл 6 стр 144 Доп. + 2012	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:	65	17,10	19,23	62,78	498,45	0,23	9,80	210,03	3,35	138,36	292,60	53,59	4,18
СУББОТА													
Меню дополнительного питания													
№ 10/28/2017	250/10	5,65	6,10	11,62	132,55	0,05	0,50	13,00	2,58	29,53	42,08	11,18	1,15
г/к	50/150/3	15,12	9,78	41,25	314,26	0,21	1,17	29,98	34,68	137,69	203,12	44,35	3,55
37/8/2017	200	0,07	0,02	10,01	40,00	0	0,030	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
табл 6 стр 144 Доп. + 2012	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:	65	23,68	16,30	80,64	573,41	0,31	1,70	42,98	37,76	187,96	291,00	69,12	5,96
Всего:													
Всего за 12 дней:													
В среднем на 1 учащегося в день													
Итого:	65	19,34	22,27	77,10	598,81	0,34	11,53	65,69	14,10	156,34	305,17	82,76	5,34