

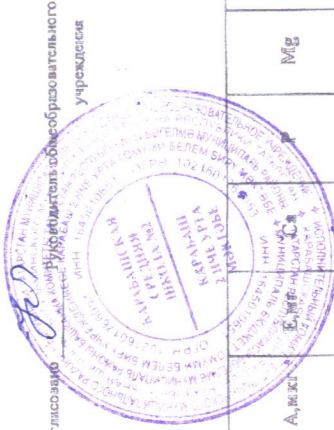
ООО "АБК-Паймент"

Примерное двенадцатидневное циклическое дополнительное меню группы продленного дня

для учащихся образовательных учреждений Республики Татарстан

1 неделя

№ Сборник рецептур	Наименование продуктов	Стоимость, руб	Выход	Белкиг	Жирыг	Угледыг	Энергичность (ккал)	Вг, мг	С, мг	А, мг	Мg	Fe				
ПОНЕДЕЛЬНИК																
№ 8/2017	Меню дошкольного питания		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	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной		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	
3/6/2017	Жаркое с отварной идеейкой		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	Чай с сахаром		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	
Допл + 2012	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный		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	
	Итого:	65														
ВТОРНИК																
№ 10/2017	Меню дошкольного питания		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	
ТК	Суп - лапша с картофелем, с мясом птицы		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	
№ 3/7 Сборник рецептур для общ. питания	Котлета из говядины с кашей геркулесовой молочной, с маслом сливочным		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	
табл 6 стр 144	Чай с сахаром и лимоном		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	
Допл + 2012	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный		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	
	Итого:	65														
СРЕДА																
№ 8/2017	Меню дошкольного питания		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	
ТК	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной		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	
№ 3/4/2017	Плов из птицы с перловой крупой и овощами		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	
табл 6 стр 144	Напиток из яблок и яблок		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	
Допл + 2012	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный		700	19,93	15,64	87,50	578,95	0,25	18,11	23,44	3,82	129,98	349,66	77,22	5,40	
	Итого:	65														
ЧЕТВЕРГ																
№ 10/2017	Меню дошкольного питания		250/10	4,68	4,68	16,90	140,20	0,14	12,24	5,82	1,37	35,81	94,13	31,43	1,39	
ТК	Суп картофельный, с мясом птицы		180/3	6,71	5,98	33,26	214,88	0,17	1,05	26,98	0,12	22,78	164,04	42,84	1,09	
№ 3/6/2017	Каша пшенная молочная с маслом сливочным		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	Чай с сахаром		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	
Допл + 2012	Хлеб ржано-пшеничный		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	
	Итого:	65														



Согласовано
 Министерство образования Республики Татарстан
 упр. образования

ПЯТНИЦА																
№ Сб/р	Наименование продукта	Стоимость, руб	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Угл-дыг	Энергичность (ккал)	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	
ТК	Меню дополнительного питания															
№ 42/2017	Суп картофельный с гречневой крупой		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	
ТК	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	
№ 377 Сбор. рсч. На период для обл. Во всех обл. учрежд. Де-н 2017	Кисель		200	0,6	0,1	30,2	123,60	0,002	1,100	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,37	
табл 6 стр 144 Дел. н 2012	Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17	
табл 6 стр 144 Дел. н 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	703	28,35	11,66	107,06	651,01	0,76	9,80	18,88	36,50	177,42	380,50	115,83	9,12	
СУББОТА																
№ 86/2017	Меню дополнительного питания															
№ 210/2017	Рассольник ленинградский, с мясными фрикадельками, со сметаной		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	1,10	
№ 377 Сбор. рсч. На период для обл. Во всех обл. учрежд. Де-н 2017	Омлет натуральный		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	
табл 6 стр 144 Дел. н 2012	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	
табл 6 стр 144 Дел. н 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	607	17,25	19,01	42,02	415,56	0,23	10,67	208,05	3,41	133,16	290,55	54,01	4,15	
	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	34,24	

2 недели

№ Сб/р	Наименование продукта	Стоимость, руб	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Угл-дыг	Энергичность (ккал)	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe
№ 82,109/2017	Понедельник														
ТК	Меню дополнительного питания														
№ 343/2017	Борщ из свежей капусты, 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
№ 377 Сбор. рсч. На период для обл. Во всех обл. учрежд. Де-н 2017	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
табл 6 стр 144 Дел. н 2012	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 Дел. н 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	19,85	14,05	100,99	620,55	0,28	11,88	25,88	38,38	138,77	201,88	76,13	5,59
ВТОРНИК															
№ 119,105/2017	Меню дополнительного питания														
ТК	Суп гороховый, 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
№ 377 Сбор. рсч. На период для обл. Во всех обл. учрежд. Де-н 2017	Каша геркулесовая молочной с маслом сливочным		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
табл 6 стр 144 Дел. н 2012	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
табл 6 стр 144 Дел. н 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	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	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
ТК	Котлета из говядины с кашей пшеничной молочной, с маслом сливочным	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 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
табл 6 стр 144 Допл + 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	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														
ТК	Солянка по-домашнему, со сметаной	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	Овощное рагу	180	3,03	18,84	14,74	243,43	0,10	21,45	78,86	3,45	63,70	71,14	27,87	1,03
37/6/2017	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
табл 6 стр 144 Допл + 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:	680	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	Рассольник ленинградский, с куриными фрикадельками, со сметаной	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
№ 21/0/2017	Омлет натуральный	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
ТК	Кисель	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 Допл + 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:	607	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/ 2/8/2017	Суп - пашта 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
ТК	Котлета из мяса птицы с кашей пшеничной молочной, с сахаром	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
37/6/2017	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
табл 6 стр 144 Допл + 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	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:	4073	113,13	154,59	480,91	3865,42	1,98	63,19	436,01	112,35	958,41	1703,60	481,68	29,82
	Всего за 12 дней:	8156	232,07	267,22	925,17	7185,70	4,09	138,35	788,28	169,19	1876,11	3662,06	993,09	64,06
	В среднем на 1 учащегося в день	680	19,34	22,27	77,10	598,81	0,34	11,53	65,69	14,10	156,34	305,17	82,76	5,34