

Утверждаю

Директор

Л.С. Аля-Динмет
Д.С. Сулейманов Р.Р.
АО «АБК «Пансионат»
19916

Согласовано
Руководитель образовательного учреждения

Д.С. Сулейманов А.С.
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КАМЕННАЯ ООШ»
ОПР 10221608554155
РЕСПУБЛИКА ТАТАРСТАН
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ РАЙОН РАСТАВАН

Примерное циклическое двенадцатидневное меню группы продленного дня для учащихся общеобразовательных учреждений Республики Татарстан

1 неделя

№ Сб. реп	Наименование продуктов	Выход, г	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергетическая ценность (ККАЛ)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	МЕНЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ													
№ 32,105	Сбор. реп. На прок. Борщ из св. капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/15/7	4,97	7,73	11,30	144,48	0,06	10,78	9,99	2,52	59,11	90,00	31,58	1,47
№ 376	Сбор. реп. На прок. Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40	0	0,03	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
т.т. №656 от 28.04.2020	Блины ПФ с маслом сливочным	90/5	6,6	8,53	34,67	241,8	0,138	0,918	34,4	2,191	96,36	120,3	29,4	1,06
табл. 6 стр. 134, 144. Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дел 1 + 2012	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
	Итого:	607	14,48	16,68	73,74	512,88	0,26	11,73	44,39	5,21	176,22	256,10	74,58	3,80
	ВТОРНИК													
	МЕНЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ													
№ 289	Сбор. реп. На прок. Рагу из птицы	50/200	13,08	13,18	24,22	268,60	0,10	17,42	5,90	2,86	42,80	123,92	55,84	2,51
№ 377	Сбор. реп. На прок. Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32	0,056	2,03	0	0,006	13,25	3,96	2,16	0,333
табл. 6 стр. 134, 144. Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дел 1 + 2012	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
	Итого:	490	16,03	13,60	52,13	396,52	0,16	19,45	5,90	3,37	65,85	170,88	70,20	3,84

2

СРЕДА
Меню дополнительного питания

№ 102, 105 Сбор рец. На про-
ц-но для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

250/15	8,48	7,03	16,65	177,65	0,24	5,90	3,00	2,52	45,90	119,23	40,40	2,28
50	3,39	6,98	21,07	160,5	0,06	0	0	2,55	9,3	32,1	13,1	0,6
200	0,66	0,09	12,01	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70
20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:	535	13,85	47,65	470,55	0,35	6,63	3,00	5,86	93,48	204,77	80,36	4,36

№ 42 Сбор рец. На про-
ц-но для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

80/20	14,12	8,4406	14,516	190,9	0,164	1,195	15,84	54,692	49,08	66,048	20,064	2,976
180/3	10,55	4,93	47,71	276,56	0,25	0,00	11,98	0,50	29,51	249,72	168,62	5,66
200	0,24	0,12	35,76	145,08	0	80	0	0,18	8,2	6,42	0,96	0,28
30	3,6	1,77	22,5	109,8	0,02	0	0	0,72	3,3	15	2,7	0,24
20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
Итого:	553	31,35	138,25	808,94	0,49	81,20	27,82	56,59	99,89	380,19	204,55	10,15

ЧЕТВЕРГ
Меню дополнительного питания

№ 294 Сбор рец. На про-ц-но
для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017;
№ 336 дошкольн. 2016г

80/20	14,12	8,4406	14,516	190,9	0,164	1,195	15,84	54,692	49,08	66,048	20,064	2,976
180/3	10,55	4,93	47,71	276,56	0,25	0,00	11,98	0,50	29,51	249,72	168,62	5,66
200	0,24	0,12	35,76	145,08	0	80	0	0,18	8,2	6,42	0,96	0,28
30	3,6	1,77	22,5	109,8	0,02	0	0	0,72	3,3	15	2,7	0,24
20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
Итого:	553	31,35	138,25	808,94	0,49	81,20	27,82	56,59	99,89	380,19	204,55	10,15

№ 171 Сбор рец. На про-ц-но
для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

90	12,21	15,51	9,11	224,40	0,15	0,22	3,08	2,55	15,16	117,61	18,08	1,91
180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03	0	0,34	1,64	73,13	19,6	0,63	0,333
185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
Итого:	510	19,54	22,38	81,04	0,24	2,25	3,08	3,40	39,85	237,70	52,04	3,87

ПЯТНИЦА
Меню дополнительного питания

№ 271 Сбор рец. На про-ц-но
для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

90	12,21	15,51	9,11	224,40	0,15	0,22	3,08	2,55	15,16	117,61	18,08	1,91
180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03	0	0,34	1,64	73,13	19,6	0,63	0,333
185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
Итого:	510	19,54	22,38	81,04	0,24	2,25	3,08	3,40	39,85	237,70	52,04	3,87

№ 304 Сбор рец. На про-ц-но
для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

90	12,21	15,51	9,11	224,40	0,15	0,22	3,08	2,55	15,16	117,61	18,08	1,91
180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03	0	0,34	1,64	73,13	19,6	0,63	0,333
185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
Итого:	510	19,54	22,38	81,04	0,24	2,25	3,08	3,40	39,85	237,70	52,04	3,87

№ 377 Сбор рец. На про-ц-но
для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

90	12,21	15,51	9,11	224,40	0,15	0,22	3,08	2,55	15,16	117,61	18,08	1,91
180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03	0	0,34	1,64	73,13	19,6	0,63	0,333
185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
Итого:	510	19,54	22,38	81,04	0,24	2,25	3,08	3,40	39,85	237,70	52,04	3,87

№ 377 Сбор рец. На про-ц-но
для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

90	12,21	15,51	9,11	224,40	0,15	0,22	3,08	2,55	15,16	117,61	18,08	1,91
180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03	0	0,34	1,64	73,13	19,6	0,63	0,333
185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
Итого:	510	19,54	22,38	81,04	0,24	2,25	3,08	3,40	39,85	237,70	52,04	3,87

Н

СУБЪЕКТА

Меню дополнительного питания

№ 98 Сбор рец. На производство для обуч. Во всех образ. ур. экз. - Дни 2017 табл 6 стр 136 Дели +2012

250/10/7	4,00	7,82	6,38	113,78	0,05	10,14	12,81	2,41	47,39	54,24	16,83	0,78
50	3,75	4,9	37,2	208,50	0,04	0,00	5	1,75	14,5	45	10	1,05
200	0,35	0,08	19,85	82,20	0,02			0,08	20,32	19,36	8,12	0,45
100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00		0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:	637	9,82	13,44	81,15	0,17	20,14	17,81	4,72	104,01	159,60	53,35	5,26

Всего за 6 дней: 3332 105,08 96,10 483,95 3283,93 1,66 141,39 102,00 79,14 579,29 1409,24 535,08 31,28

Печенье

ТТК составлена на основании акта проработки 2019 г от 29.10.19

Напиток из изюма

табл 9 стр 184 зимостая и юнал 2012 Дели

Плоды и ягоды свежие Яблоко

табл 6 стр 144 Хлеб. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели 2012

2 недели

ПОНЕДЕЛЬНИК

Меню дополнительного питания

55/50	8,5	11,21	10,61	180,00	0,04	0,27	16,31	2,67	24,45	79,59	14,19	5,29
180	10,52	2,76	47,676	256,80	0,252	0	0	0,468	28,788	248,82	168,62	5,652
30	3,3	4,25	9	49,07	0,02	0,004	1,5	1,425	2,25	12,75	1,5	0,15
190/10	0,07	0,02	10,01	40	0	0,03	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
Итого:	555	25,23	18,64	95,06	0,37	0,30	17,81	5,06	76,24	386,96	197,91	12,36

Фрикадельки мясные в томатно-сметанном соусе

№ 280.331 Сбор рец. На производство для обуч. Во всех образ. ур. экз. - Дни 2017

Каша гречневая рассыпчатая

№ 171 Сбор рец. На производство для обуч. Во всех образ. ур. экз. - Дни 2017

Вафли

табл 6 стр 136 зимостая и юнал 2012 Дели

Чай с сахаром

№ 376 Сбор рец. На производство для обуч. Во всех образ. ур. экз. - Дни 2017

Хлеб ржаной/пшеничный

табл 6 стр 134, 144 Хлеб. Состав и калорийность российских продуктов питания

Handwritten signature

ВЫРУЧКА

Меню дополнительного питания

Щи из свежей капусты на курином

бульоне с картофелем с мясом и сметаной

250/10/10	4,83	6,83	8,31	120,78	0,07	15,87	10,00	2,43	59,33	78,02	25,99	1,08
-----------	------	------	------	--------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	------

Булочка обсыпанная

50	3,64	6,26	21,96	159,00	0,06	0,00	2,00	2,33	9,90	35,00	13,70	0,65
----	------	------	-------	--------	------	------	------	------	------	-------	-------	------

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
-----	------	------	-------	-------	-------	-----	---	------	-------	-----	------	-------

Хлеб ржаной

20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
----	------	------	------	-------	------	------	---	------	------	-------	------	------

Итого:

540	9,95	13,49	66,07	433,98	0,17	16,77	12,00	5,12	89,21	147,42	54,23	3,46
-----	------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-------	--------	-------	------

СРЕДА

Меню дополнительного питания

Биточки рыбные в сметанном соусе

80/20	10,04	7,21	12,80	156,83	0,06	0,26	10,85	4,06	40,24	135,50	31,66	1,19
-------	-------	------	-------	--------	------	------	-------	------	-------	--------	-------	------

Макаронны отварные с маслом сливочным

180/3	6,83	2,93	38,29	206,96	0,07	0,00	11,98	0,97	13,86	45,54	10,26	1,01
-------	------	------	-------	--------	------	------	-------	------	-------	-------	-------	------

Печенье

30	2,25	2,94	22,30	125,10			5,00		14,50	45,00	10,00	1,05
----	------	------	-------	--------	--	--	------	--	-------	-------	-------	------

Кисель

200	0,24	0,12	35,76	145,08	0	80	0	0,18	8,2	6,42	0,96	0,28
-----	------	------	-------	--------	---	----	---	------	-----	------	------	------

Хлеб ржаной/пшеничный

20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
-------	------	-----	-------	------	-------	---	---	-----	-----	----	------	---

Итого:

553	22,20	13,59	126,91	720,57	0,19	80,26	27,82	5,71	86,59	275,46	65,08	4,53
-----	-------	-------	--------	--------	------	-------	-------	------	-------	--------	-------	------

ЧЕТВЕРГ

Меню дополнительного питания

Жаркое из птицы

50/150	17,01	15,27	41,76	373,54	0,33	52,13	29,10	3,02	57,91	230,93	81,56	3,38
--------	-------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-------	--------	-------	------

Чай с сахаром

190/10	0,07	0,02	10,01	40	0	0,03	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
--------	------	------	-------	----	---	------	---	---	-------	-----	-----	-------

Плоды и ягоды свежие Апельсин

100	0,9	0,2	8,1	43	0,04	60		0,2	34	23	13	0,3
-----	-----	-----	-----	----	------	----	--	-----	----	----	----	-----

Хлеб ржаной/пшеничный

20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
-------	------	-----	-------	------	-------	---	---	-----	-----	----	------	---

Итого:

540	20,82	15,89	77,63	543,14	0,42	112,16	29,10	3,72	112,66	299,73	108,16	4,94
-----	-------	-------	-------	--------	------	--------	-------	------	--------	--------	--------	------

№ 33 Сбор рещ. На прок-
но для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

№ 124 Сбор рещ. На прок-
но для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

№ 342 Сбор рещ. На прок-
но для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

табл 6 стр. 134, 144. Хлеб. Состав и
калорийность российских
продуктов питания. Дети +
2012

№ 234, 330 Сбор рещ. На прок-
но для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

№ 203 Сбор рещ. На прок-
но для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

табл 6 стр. 136. Хлеб. Состав
и кал. российских
продуктов питания. Дети +
2012

ТТК
табл 6 стр. 134, 144. Хлеб.
Состав и калорийность
российских продуктов питания
Дети + 2012

ТТК акт. проработан от
25.12.2019

№ 376 Сбор рещ. На прок-
но для обуч. Во всех
образ. учрежд.-Дети 2017

табл 9 стр. 134. Хлеб. Состав и
кал. рос. продуктов 2012
Дети

табл 6 стр. 134, 144. Хлеб.
Состав и калорийность
российских продуктов питания

6

Меню дополнительного питания

№ 1 Сбор рец. На прог. ио для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	50	6,27	7,86	14,83	155	0,04	0,11	51,5	0,45	157,2	111	12,45	0,45
№ 113 Сбор рец. На прог. ио для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	250/15	6,11	8,35	11,67	155,45	0,06	0,86	21,32	2,71	36,67	63,35	13,75	0,93
ТТК № 310 от 25.12.2019г	200	0,47	0,11	24,22	102,63	0,02	31,58	0,00	0,11	18,49	12,11	6,84	0,22
табл 6 стр.141.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:	535	14,2	16,6	58,6	452,7	0,2	32,5	72,8	3,5	218,2	216,5	42,4	2,4

СУББОТА

**Меню дополнительного питания
Суп картофельный с мясными фрикаделька**

№ 97,105 Сбор рец. На прог. ио для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	250/15	5,33	4,59	16,98	143,40	0,14	12,07	3,00	1,37	33,68	108,86	36,23	1,43
табл 6 стр 136 Дети +2012	50	3,75	4,9	37,2	208,50	0,04	0,00	5	1,75	14,5	45	10	1,05
№ 342 Сбор рец. На прог. ио для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	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.141.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	30	2,00	0,36	12,00	60,00	0,05	0,00	0	0,42	8,79	45,45	14,24	1,18
Итого:	545	11,24	10,01	94,06	526,50	0,25	12,97	8,00	3,63	71,14	203,71	65,61	4,62

Всего:
Всего за 12 дней:
В среднем на 1 учащегося в день

3268	103,61	88,18	518,38	3289,34	1,55	255,01	167,55	26,79	654,01	1529,74	533,43	32,29
6600	208,69	184,27	1002,32	6573,27	3,21	396,40	269,55	105,94	1233,31	2938,98	1068,51	63,58
550	17,39	15,36	83,53	547,77	0,27	33,03	22,46	8,83	102,78	244,91	89,04	5,30

Handwritten mark resembling a stylized 'M' or 'H'.