

Утверждено

Директор



Согласовано

Руководитель образовательного учреждения

**Примерное циклическое недельное меню для учащихся образовательных учреждений Республики Татарстан**

№ Сбор	Наименование продуктов	Белки	Жиры	Угле-ды	Энер-гичность (ККАЛ)	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
№ 82, 103 Сбор рещ. На про-гно-зно для общ. Во всех образ.учреж.Дети 2017	<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>												
	Борщ из св.капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	4,97	7,73	11,30	144,48	0,06	10,78	9,99	2,52	59,11	90,00	31,58	1,47
	Чай с сахаром	0,11	0,02	10,15	41,32	0,02	2,03		0,01	13,25	3,96	2,16	0,33
№ 37 Сбор рещ. На про-гно-зно для общ. Во всех образ.учреж.Дети 2017	<b>ВТОРНИК</b>												
	Хлеб ржаной	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>7,06</b>	<b>8,11</b>	<b>33,33</b>	<b>245,20</b>	<b>0,13</b>	<b>12,81</b>	<b>9,99</b>	<b>2,95</b>	<b>81,06</b>	<b>138,96</b>	<b>47,84</b>	<b>2,97</b>
№ 200 Сбор рещ. На про-гно-зно для общ. Во всех образ.учреж.Дети 2017	<b>ВТОРНИК</b>												
	Рассольник Ленинградский с мясом птицы, со сметаной	5,79	9,37	12,39	162,75	0,10	8,77	18,73	2,52	45,99	87,43	28,12	1,23
	Кисель	0,6	0,1	30,2	123,6	0,002	1,1			15,7	16,3	3,36	0,37
№ 358 Сбор рещ. На про-гно-зно для общ. Во всех образ.учреж.Дети 2017	<b>ВТОРНИК</b>												
	Хлеб ржаной	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>8,37</b>	<b>9,83</b>	<b>54,47</b>	<b>345,75</b>	<b>0,15</b>	<b>9,87</b>	<b>18,73</b>	<b>2,94</b>	<b>70,39</b>	<b>148,73</b>	<b>45,58</b>	<b>2,77</b>
№ 119, 103 Сбор рещ. На про-гно-зно для общ. Во всех образ.учреж.Дети 2017	<b>СРЕДА</b>												
	Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками	10,64	9,35	16,61	205,89	0,24	6,34	12,80	2,63	54,47	124,18	40,04	2,46
	Компот из свежих яблок	0,16	0,16	27,88	114,6	0,012	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,952
№ 342 Сбор рещ. На про-гно-зно для общ. Во всех образ.учреж.Дети 2017	<b>СРЕДА</b>												
	Хлеб ржаной	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>12,78</b>	<b>9,87</b>	<b>56,37</b>	<b>379,89</b>	<b>0,30</b>	<b>7,24</b>	<b>12,80</b>	<b>3,13</b>	<b>77,35</b>	<b>173,58</b>	<b>59,28</b>	<b>4,59</b>
№ 97 Сбор рещ. На про-гно-зно для общ. Во всех образ.учреж.Дети 2017	<b>ЧЕТВЕРГ</b>												
	Суп картофельный с мясом птицы	5,89	5,64	16,92	153,70	0,14	12,36	8,82	1,41	38,57	102,57	34,47	1,48
	Напиток из сухофруктов	0,24	0,14	7,84	75,00	0,02	1,80	0,00	0,16	14,81	6,20	5,11	0,61
№ 348 Сбор рещ. На про-гно-зно для общ. Во всех образ.учреж.Дети 2017	<b>ЧЕТВЕРГ</b>												
	Хлеб ржаной	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>8,11</b>	<b>6,14</b>	<b>36,64</b>	<b>288,10</b>	<b>0,21</b>	<b>14,16</b>	<b>8,82</b>	<b>1,99</b>	<b>62,08</b>	<b>153,77</b>	<b>53,68</b>	<b>3,27</b>

## ПЯТНИЦА

№ 177 Сбор рас. На про-гно-за для общ. Во всех образ.урр.с.Дети 2017	250/22/10	7,00	10,57	9,58	169,09	0,08	10,93	22,80	2,56	55,44	91,46	26,11	1,21
№ 177 Сбор рас. На про-гно-за для общ. Во всех образ.урр.с.Дети 2017	185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32	0,05	2,03	0	0,006	13,25	3,96	2,16	0,333

Чай с сахаром и лимоном

Хлеб ржаной

Итого:	512	9,09	10,95	31,61	269,81	0,13	12,96	22,80	2,98	77,39	140,42	42,37	2,71
--------	-----	------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-------	--------	-------	------

## СУББОТА

№ 178 Сбор рас. На про-гно-за для общ. Во всех образ.урр.с.Дети 2017

Суп крестьянский с крупой /пшено/ с птицей, со сметаной	250/15/10	5,25	9,20	6,50	131,75	0,05	10,27	18,73	2,47	52,72	64,28	18,12	0,88
---	-----------	------	------	------	--------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	------

ТТК составлена на основании акта проверки 2019 г от 29.10.19

Напиток из шиповника

Итого:	505	7,91	9,84	34,14	259,35	0,11	110,27	18,73	3,65	82,76	112,72	35,66	2,68
--------	-----	------	------	-------	--------	------	--------	-------	------	-------	--------	-------	------

№ 178 Сбор рас. На про-гно-за для общ. Во всех образ.урр.с.Дети 2017

Хлеб ржаной	3021	53,32	54,74	246,56	1788,10	1,03	167,31	91,88	17,64	451,02	868,17	284,41	18,98
-------------	------	-------	-------	--------	---------	------	--------	-------	-------	--------	--------	--------	-------

Всего за 6 дней:

## 2 недели

### ПОНЕДЕЛЬНИК

№ 178 Сбор рас. На про-гно-за для общ. Во всех образ.урр.с.Дети 2017

Суп картофельный с вермишелью с мясом птицы на курином бульоне	250/15	6,23	5,65	17,51	157,95	0,12	8,61	8,82	1,56	37,32	92,42	30,35	1,41
--	--------	------	------	-------	--------	------	------	------	------	-------	-------	-------	------

Кисель

Итого:	495	8,81	6,11	59,59	340,95	0,17	9,71	8,82	1,98	61,72	153,72	47,81	2,95
--------	-----	------	------	-------	--------	------	------	------	------	-------	--------	-------	------

Хлеб ржаной

Итого:	495	8,81	6,11	59,59	340,95	0,17	9,71	8,82	1,98	61,72	153,72	47,81	2,95
--------	-----	------	------	-------	--------	------	------	------	------	-------	--------	-------	------

### ВТОРНИК

№ 178 Сбор рас. На про-гно-за для общ. Во всех образ.урр.с.Дети 2017

Щи из свежей капусты на курином бульоне с картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	6,23	7,02	8,34	128,20	0,07	15,89	10,00	2,46	59,98	89,48	27,48	1,20
---	-----------	------	------	------	--------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	------

Напиток из сухофруктов

Итого:	505	8,87	7,47	32,23	280,40	0,14	16,62	10,00	3,38	101,16	157,92	59,04	3,06
--------	-----	------	------	-------	--------	------	-------	-------	------	--------	--------	-------	------

Хлеб ржаной

Итого:	505	8,87	7,47	32,23	280,40	0,14	16,62	10,00	3,38	101,16	157,92	59,04	3,06
--------	-----	------	------	-------	--------	------	-------	-------	------	--------	--------	-------	------