



Утверждаю
 Директор
 [Подпись]

Согласовано
 Руководитель образовательного учреждения
 [Подпись]

Примерное циклическое меню групп продленного дня для учащихся общеобразовательных учреждений Республики Татарстан

1 неделя

№ Сб.реч	Наименование продуктов	Выход,г	Белки	Жиры	Углы-ды	Энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	МЕНЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ													
№ 82, 105 Сбор.реч. На протяжении 6 лет для обучающихся в образовательных учреждениях Республики Татарстан 2017	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.реч. На протяжении 6 лет для обучающихся в образовательных учреждениях Республики Татарстан 2017	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
ТРК К-656 от 28.01.2020	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, 141. Хлеб. Состав и калорийность российских продуктов питания. Дел 4. 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													
№ 219 Сбор.реч. На протяжении 6 лет для обучающихся в образовательных учреждениях Республики Татарстан 2017	Меню дополнительного питания 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.реч. На протяжении 6 лет для обучающихся в образовательных учреждениях Республики Татарстан 2017	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, 141. Хлеб. Состав и калорийность российских продуктов питания. Дел 4. 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

СРЕДА

Меню дополнительного питания

№: 102, 105 Сбор. рец. На прогнано для обуч. Во всех образц. упр. экз.-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
№: 125 Сбор. рец. На прогнано для обуч. Во всех образц. упр. экз.-Дети 2017	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
№: 314 Сбор. рец. На прогнано для обуч. Во всех образц. упр. экз.-Дети 2017	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
табл 6 стр. 141, 144 Хмн. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	535	13,85	14,34	57,65	470,55	0,35	6,63	3,00	5,86	93,48	204,77	80,36	4,36
	Итого:												

ЧЕТВЕРТ

Меню дополнительного питания

№: 294 Сбор. рец. На прогнано для обуч. Во всех образц. упр. экз.-Дети 2017; №356, дош. оловны. 2010г	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
№: 171 Сбор. рец. На прогнано для обуч. Во всех образц. упр. экз.-Дети 2017	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
ТТК	200	0,24	0,12	35,76	145,08	0	80	0	0,18	8,2	6,42	0,96	0,28
табл 6 стр. 131, 144 Хмн. Состав и калорийность российских продуктов питания	20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
	Итого:	523	27,75	13,89	699,14	0,47	81,20	27,82	55,87	96,59	365,19	201,85	9,91

ПЯТНИЦА

Меню дополнительного питания

№: 271 Сбор. рец. На прогнано для обуч. Во всех образц. упр. экз.-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
№: 304 Сбор. рец. На прогнано для обуч. Во всех образц. упр. экз.-Дети 2017	180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03	2,03	0	0,34	1,64	73,13	19,6	0,63
№: 377 Сбор. рец. На прогнано для обуч. Во всех образц. упр. экз.-Дети 2017	185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32	0,056	0	0	0,006	13,25	3,96	2,16	0,333
табл 6 стр. 134, 144 Хмн. Состав и калорийность российских продуктов питания	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

СУББОТА

Меню дополнительного питания

№ 38 Сбор рец. На производно для обуч. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017 табл.6 стр.136 Дети +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
ТТК составлена на основании акта проверки 2019 г от 29.10.19	50	3,75	4,9	37,2	208,50	0,04	0,00	5	1,75	14,5	45	10	1,05
табл.6 стр.141.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	200	0,35	0,08	19,85	82,20	0,02			0,08	20,32	19,36	8,12	0,45
ТТК составлена на основании акта проверки 2019 г от 29.10.19	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
табл.6 стр.141.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	537	9,42	13,04	71,35	444,08	0,14	10,14	17,81	4,52	88,01	148,60	44,35	3,06
Итого:	3202	101,08	93,93	451,65	3127,13	1,61	131,39	102,00	78,22	559,99	1383,24	523,38	28,84

Всего за 6 дней:

2 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК

Меню дополнительного питания

№ 38 Сбор рец. На производно для обуч. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017 табл.6 стр.141.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	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
ТТК составлена на основании акта проверки 2019 г от 29.10.19	180	10,52	2,76	47,676	256,80	0,252	0	0	0,468	28,788	248,82	168,62	5,652
№ 171 Сбор рец. На производно для обуч. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017 табл.6 стр.134.141.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	190/10	0,07	0,02	10,01	40	0	0,03	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
ТТК составлена на основании акта проверки 2019 г от 29.10.19	20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
№ 376 Сбор рец. На производно для обуч. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017 табл.6 стр.134.141.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	525	21,93	14,39	86,06	563,40	0,35	0,30	16,31	3,64	73,99	374,21	196,41	12,21
Итого:													

ВТОРНИК

Меню дополнительного питания

№ 38 Сбор рец. На производно для обуч. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017 табл.6 стр.136 Дети +2012	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
ТТК составлена на основании акта проверки 2019 г от 29.10.19	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
№ 421 Сбор рец. На производно для обуч. Во всех образ. учрежд.-Дети 2017 табл.6 стр.141.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,012	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,952
ТТК составлена на основании акта проверки 2019 г от 29.10.19	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

№ 234,330 Сбор рец. На процентно для обуч. Во всех образц. учрежд.-Делит. 2017

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

Биточки рыбные в сметанном соусе

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

Макаронны отварные с маслом сливочным

30 2,25 2,94 22,30 125,10 0 0 5,00 14,50 45,00 10,00 1,05

Печенье

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

ТТК

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

Хлеб ржаной/пшеничный

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

Итого:

ЧЕТВЕРГ

Меню дополнительного питания

ТТК акт проработки от 25.12.2019

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

Жаркое из птицы

190/10

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

Чай с сахаром

20/20

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

Хлеб ржаной/пшеничный

440

19,92 15,69 69,53 500,14 0,38 52,16 29,10 3,52 78,66 276,73 95,16 4,64

Итого:

ПЯТНИЦА

Меню дополнительного питания

№ 1 Сбор рец. На процентно для обуч. Во всех образц. учрежд.-Делит. 2017

50

6,27 7,86 14,83 155 0,04 0,11 51,5 0,45 157,2 111 12,45 0,45

Бутерброд с маслом слив с сыром

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

Суп-лапша домашняя с мясом птицы

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

Напиток из апельсина

20

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

Хлеб ржаной

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

Итого:

СУББОТА

**Меню дополнительного питания
Суп каргофельный с мясными фрикадельками**

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
50	3,75	4,9	37,2	208,50	0,04	0,00	5	1,75	14,5	45	10	1,05
200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,012	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,952
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	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

№ 97, 105 Сбор. рец. На прок-
но для обуч. Во вех-
образ. учрежд.-Дети 2017
табл 6 стр 136 Дети + 2012

№ 312 Сбор. рец. На прок-
но для обуч. Во вех-
образ. учрежд.-Дети 2017
табл 6 стр 141. Учен. Состав и
исполнительность российских
предприятий питания Дети +
2012