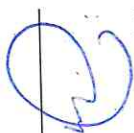


Согласовано  
Руководитель общеобразовательного учреждения

---



Э.Р. Харламова

Разработано и утверждено  
Директор ООО «ФУДСОЦСЕРВИС»



## **Примерное циклическое двенадцатидневное меню**

Для организации питания обучающихся общеобразовательных организаций Республики Татарстан  
в возрасте с 12 лет и старше (5-11 классы)





Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 141, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
<b>Итого:</b>		<b>520</b>	<b>16,20</b>	<b>14,97</b>	<b>76,34</b>	<b>503,66</b>	<b>0,28</b>	<b>26,62</b>	<b>20,22</b>	<b>3,27</b>	<b>109,80</b>	<b>326,48</b>	<b>97,39</b>	<b>3,44</b>	
<b>4 день</b>															
№ 102 Сбор рец. На прок-ню для обр-ч. во всех образах учр-ем. Дели 2017	Суп картофельный с горохом, с куриными фрикадельками	250/10	6,85	6,59	17,33	168,85	0,23	5,93	3,98	2,45	47,28	98,51	37,02	2,16	
№ 341 Сбор рец. На прок-ню для обр-ч. во всех образах учр-ем. Дели 2017	Компот из урюка	200	0,75	0,06	17,93	76,40	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 141, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78	
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>10,44</b>	<b>7,05</b>	<b>53,02</b>	<b>331,85</b>	<b>0,30</b>	<b>6,53</b>	<b>3,98</b>	<b>3,77</b>	<b>90,30</b>	<b>164,31</b>	<b>67,38</b>	<b>3,64</b>	

№ 143,241 Сбор рец. На прок-ню для обр-ч. во всех образах учр-ем. Дели 2017	Овощи тушеные с мясом	50/150	12,48	15,68	19,34	271,50	0,12	18,77	39,00	4,67	59,15	148,63	39,69	2,23	
№ 377 Сбор рец. На прок-ню для обр-ч. во всех образах учр-ем. Дели 2017	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,11	0,02	10,15	41,32	0,00	2,03	0,00	0,01	13,25	3,96	2,16	0,33	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 141, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78	
<b>Итого:</b>		<b>420</b>	<b>13,91</b>	<b>15,94</b>	<b>37,41</b>	<b>352,42</b>	<b>0,15</b>	<b>20,80</b>	<b>39,00</b>	<b>4,96</b>	<b>78,20</b>	<b>182,59</b>	<b>51,25</b>	<b>3,34</b>	
<b>6 день</b>															
№ 107 Сбор рец. На прок-ню для обр-ч. во всех образах учр-ем. Дели 2017	Суп картофельный на курином бульоне с мясом птицы	250/10	4,68	4,68	16,90	140,20	0,06	0,84	15,88	1,61	32,53	62,65	17,65	0,60	
№ 342 Сбор рец. На прок-ню для обр-ч. во всех образах учр-ем. Дели 2017	Компот из свежих яблок (75С)	200	0,16	0,16	17,90	74,60	0,01	0,90	0,00	0,08	13,88	4,40	5,14	0,92	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 141, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	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	
<b>Итого:</b>		<b>490</b>	<b>6,82</b>	<b>5,20</b>	<b>46,68</b>	<b>274,20</b>	<b>0,12</b>	<b>1,74</b>	<b>15,88</b>	<b>2,11</b>	<b>55,11</b>	<b>112,05</b>	<b>36,89</b>	<b>2,69</b>	
<b>Итого за 6 дней 2 недели:</b>		<b>2945</b>	<b>71,43</b>	<b>70,45</b>	<b>320,91</b>	<b>2228,39</b>	<b>1,26</b>	<b>73,40</b>	<b>132,34</b>	<b>20,13</b>	<b>492,08</b>	<b>1137,50</b>	<b>365,43</b>	<b>19,63</b>	
<b>ВСЕГО за 12 дней:</b>		<b>5920</b>	<b>143,13</b>	<b>143,05</b>	<b>680,80</b>	<b>4553,37</b>	<b>2,32</b>	<b>103,55</b>	<b>272,02</b>	<b>37,64</b>	<b>1071,56</b>	<b>2362,84</b>	<b>793,24</b>	<b>44,63</b>	
<b>В среднем на 1 учащегося в день:</b>		<b>493</b>	<b>11,93</b>	<b>11,92</b>	<b>56,73</b>	<b>379,45</b>	<b>0,19</b>	<b>8,63</b>	<b>22,67</b>	<b>3,14</b>	<b>89,30</b>	<b>196,90</b>	<b>66,10</b>	<b>3,71</b>	