



Утверждено

Директор ООО "АБК-Прайм" Р. Р.

Согласовано _____
Руководитель образовательного учреждения

Примерное пятидневное меню группы продленного дня для учащихся образовательных учреждений
Елабужского муниципального района РТ

1 неделя

№ Сб.реу	Наименование продуктов	Выходг	Стоимость руб	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергичность (ккал/д)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Меню дополнительного питания															
№ 102.105 Сб.реу. На проектно для общ. Во всех образ.учрежд.Дети 2017	Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками	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	
	Булочка "Детская"	100	6,78	13,96	42,14	321	0,12	0	0	5,1	18,6	64,2	26,2	1,2	
№ 376 Сб.реу. На проектно для общ. Во всех образ.учрежд.Дети 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	
табл 6 стр 134, 144.Хлеб Систем и маркировка росейских продуктов питания Дети - 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:	605	32	18,17	21,41	86,56	625,25	0,41	5,93	3,00	8,12	85,25	229,23	80,20	4,75
ВТОРНИК															
Меню дополнительного питания															
№ 289 Сб.реу. На проектно для общ. Во всех образ.учрежд.Дети 2017	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	
№ 437 Сб.реу. На проектно для общ. Во всех образ.учрежд.Дети 2017	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32	2,03	0	0,006	13,25	3,96	2,16	0,333		
табл 6 стр 134, 144.Хлеб Систем и маркировка росейских продуктов питания Дети - 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	32	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

№ 96/105 Сбор рец. На прод-но для обуч. Во всех образ-уложе- Демн 2017	Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/22/10	6,67	9,17	12,50	166,59	0,11	8,53	14,40	2,52	42,68	108,51	32,16	1,29
табл.6 стр.144.Хлеб. Состав и калорийность российских продуктов питания. Демн + 2012	Вафли	50	1,95	15,3	31,25	271	0,03		3	2,35	4	21	3	0,3

№ 34 Сбор рец. На прод-но для обуч. Во всех образ-уложе-Демн 2017	Компот из сухофруктов	200	0,24	0,14	31,84	116	0,01	0,73	0	0	14	8,94	5,58	0,14
---	-----------------------	-----	------	------	-------	-----	------	------	---	---	----	------	------	------

табл.6 стр.144.Хлеб. Состав и калорийность российских продуктов питания. Демн + 2012	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: 552 32 10,18 24,85 83,51 593,19 0,19 9,26 17,40 5,15 66,48 168,45 50,14 2,51

ЧЕТВЕРГ

Меню дополнительного питания

№ 29/Сбор рец. На прод-но для обуч. Во всех образ-уложе-Демн 2017. №166. дополнилнй 2016г	Котлеты из мяса кур в томатном соусе	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 прод-но для обуч. Во всех образ-уложе-Демн 2017	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,52	2,75	47,67	256,76	0,25	0,00	-0,02	0,47	28,79	248,82	168,62	5,65
--	----------------------------	-----	-------	------	-------	--------	------	------	-------	------	-------	--------	--------	------

табл.6 стр.134.144.Хлеб. Состав и калорийность российских продуктов питания. Демн + 2012	Кисель	200	0,24	0,12	35,76	145,08	0	80	0	0,18	8,2	6,42	0,96	0,28
Состав и калорийность российских продуктов питания. Демн + 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: 520 32 27,72 11,71 115,71 679,34 0,47 81,20 15,82 55,84 95,87 364,29 201,85 9,91

ПЯТНИЦА

Меню дополнительного питания

№ 98 Сбор рец. На прод-но для обуч. Во всех образ-уложе-Демн 2017	Суп крестьянский с крутой с пшней, со сметаной	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
---	--	----------	------	------	------	--------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	------

табл.6 стр.136/Демн +2012	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,50	0,04	0,00	5	1,75	14,5	45	10	1,05
---------------------------	---------	----	------	-----	------	--------	------	------	---	------	------	----	----	------

№ 34 Сбор рец. На прод-но для обуч. Во всех образ-уложе-Демн 2017	Компот из сухофруктов	200	0,24	0,14	31,84	116	0,01	0,73	0	0	14	8,94	5,58	0,14
---	-----------------------	-----	------	------	-------	-----	------	------	---	---	----	------	------	------

табл.6 стр.144.Хлеб. Состав и калорийность российских продуктов питания. Демн + 2012	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: 537 32 9,31 13,10 83,34 477,88 0,13 10,87 17,81 4,44 81,69 138,18 41,81 2,75

СУББОТА

Меню дополнительного питания

№ 304 Сб/рп. Направление для общ. пит. № 177 образ. учрежд. 2017	№ 377 Сб/рп. Направление для общ. пит. № 177 образ. учрежд. 2017	№ 380 ЗН/ Сб/рп. На прод. для общ. пит. № 177 образ. учрежд. 2017	Котлеты домашние	Рис отварной с маслом сливочным	Чай с сахаром и лимоном	Хлеб ржаной/пшеничный
100	180/3	185/10/5	13,57	4,404	0,112	20/20
17,23	8,628	0,018	2,84	0,018	0,056	0,24
10,12	44,062	10,15	17,76	86,6	0	3,42
249,33	271,44	41,32	86,6	0,056	0	2,83
0,17	0,03	2,03	0,25	2,27	15,42	3,71
0,24	0	0	0,25	2,27	15,42	3,71
3,42	12	0	0,5	80,63	437,40	1322,70
2,83	0,37	13,25	9,8	43	12,2	1
16,84	2,36	3,96	42,25	251,67	54,05	4,09
130,68	74,03	2,16	437,40	1322,70	498,25	27,84
20,09	19,6	0,333				
2,12	0,636					

Итого: 523 32 20,92 26,28 82,09 648,69 0,25 2,27 15,42 3,71 42,25 251,67 54,05 4,09
 Всего за 6 дней: 3227 102,34 110,95 503,34 3420,87 1,61 128,97 75,35 80,63 437,40 1322,70 498,25 27,84

**Примерное недельное меню группы продленного дня для учащихся образовательных учреждений
 Елабужского муниципального района РТ**

2 неделя

№ Сб/рп	Наименование продуктов	Выход	Стоимость в руб	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергичность (ккал/д)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ПОНЕДЕЛЬНИК															
Меню дополнительного питания															
№ 280 ЗН/ Сб/рп. На прод. для общ. пит. № 177 образ. учрежд. 2017	Фрикадельки мясные в томатно-сметанном соусе	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	

№ 171 Сборщик На производство
для отчета по весу
образу: уржск./дека 2017

Кашиа гречневая рассыпчатая 180 10,52 2,76 47,676 256,80 0,252 0 0 0,468 28,788 248,82 168,62 5,652

№ 170 Сборщик На производство
для отчета по весу
образу: уржск./дека 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

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: 525 32 21,93 14,39 86,06 563,40 0,35 0,30 16,31 3,64 73,99 374,21 196,41 12,21

№ 66-538 Сборщик На производство
для отчета по весу
образу: уржск./дека 2017

Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной 250/10/10 4,62 8,45 12,37 149,65 0,10 8,65 15,82 2,47 43,31 79,23 27,10 1,13

Булочка "Детская" 50 3,39 6,98 21,07 160,5 0,06 0 0 2,55 9,3 32,1 13,1 0,6

№ 142 Сборщик На производство
для отчета по весу
образу: уржск./дека 2017

Напиток 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 32 9,49 15,83 69,24 464,35 0,21 9,55 15,82 5,38 72,59 145,73 54,74 3,47

СРЕДА
Меню дополнительного питания

№ 234 330 Сборщик На производство
для отчета по весу
образу: уржск./дека 2017

Выточки 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

№ 103 Сборщик На производство
для отчета по весу
образу: уржск./дека 2017

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

ТТК 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: 523 32 19,95 10,65 104,61 595,47 0,19 80,26 22,82 5,71 72,09 230,46 55,08 3,48

ЧЕТВЕРГ
Меню дополнительного питания

ТТК акт производства от 28.12.2019 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

№ 170 Сборщик На производство
для отчета по весу
образу: уржск./дека 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

№16 СФР РП. На производство
для общ. пользования
образ.учрежд.Дети 2017

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: 440 32 19,92 15,69 69,53 500,14 0,38 52,16 29,10 3,52 78,66 276,73 95,16 4,64

ПИТНИЕЦА

Меню дополнительного питания

№1 СФР РП. На производство
для общ. пользования
образ.учрежд.Дети 2017

Бутерброд с маслом

40 2,36 7,49 14,89 136 0,034 40 0,44 8,4 22,5 4,2 0,35

№121 СФР РП. На производство
для общ. пользования
образ.учрежд.Дети 2017

Суп молочный с пшенной крупой

250 3,71 4,47 7,68 89,00 0,05 0,83 33,00 0,03 159,50 113,68 17,68 0,15

ТТК Компот из свежих фруктов

200 0,31 0,13 30,94 127,90 0,02 6,45 0,00 0,09 18,60 7,95 6,38 0,60

№16 СФР РП. На производство
для общ. пользования
образ.учрежд.Дети 2017

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: 510 32 7,7 12,3 61,4 392,5 0,1 7,3 73,0 0,8 192,3 174,1 37,7 1,9

СУРЬОТА

Меню дополнительного питания

№97 ЮСФР РП. На производство
для общ. пользования
образ.учрежд.Дети 2017

Суп картофельный с мясными фрикадельками

250/22 6,73 5,41 17,03 157,14 0,15 12,11 4,40 1,42 35,18 123,41 38,48 1,54

Печенье

40 3 3,92 29,76 166,80 0,032 0,00 4 1,4 11,6 36 8 0,84

Напиток из 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

№12 СФР РП. На производство
для общ. пользования
образ.учрежд.Дети 2017

Хлеб ржаной

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: 542 32 11,89 9,85 86,67 498,54 0,24 13,01 8,40 3,32 69,75 209,26 65,87 4,52

Всего: 3080 90,87 78,73 477,54 3014,40 1,49 162,56 165,45 22,41 559,38 1410,52 504,92 30,19

Всего за 12 дней: 6307 193,21 189,69 980,88 6435,28 3,11 291,53 240,80 103,04 996,78 2733,22 ##### 58,03
В среднем на 1 учащегося в день 526 16,10 15,81 81,74 536,27 0,26 24,29 20,07 8,59 83,06 227,77 83,60 4,84

