

Согласовано  
Руководитель общеобразовательного учреждения

Разработано и утверждено  
Директор ООО "АБК-Пэймент"  
Р.Р. Рахматуллин



## Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации дополнительного питания обучающихся группы продленного дня  
в общеобразовательных учреждениях Республики Татарстан

Утверждено  
 Директор ООО "АБК-Таймент"  
 Рахматуллин Р.Р.



Согласовано \_\_\_\_\_  
 Руководитель образовательного учреждения

1 неделя

**Примерное недельное дневное меню для учащихся образовательных учреждений  
 Елабужского муниципального района РТ**

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

№ 102,105 Сборщик. На прокорм для обучающихся. По меню образовательного учреждения 2017  
 Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками

Выход: 250/15

Стоимость: 8,48 руб

№ 176 Сборщик. На прокорм для обучающихся. По меню образовательного учреждения 2017  
 Чай с сахаром

Выход: 100

Стоимость: 6,78 руб

№ 376 Сборщик. На прокорм для обучающихся. По меню образовательного учреждения 2012  
 Хлеб ржаной/пшеничный

Выход: 190/10

Стоимость: 0,07 руб

№ 289 Сборщик. На прокорм для обучающихся. По меню образовательного учреждения 2017  
 Ратун из птицы

Выход: 20/20

Стоимость: 2,84 руб

№ 377 Сборщик. На прокорм для обучающихся. По меню образовательного учреждения 2017  
 Чай с сахаром и лимонном

Выход: 185/10/5

Стоимость: 0,112 руб

№ 6 с/р 134,144,Хлеб. Состав и калорийность. Расчетное количество продуктов питания. Дневн + 2012  
 Хлеб ржаной/пшеничный

Выход: 20/20

| Выход:        | Стоимость<br>руб | Белки        | Жиры         | Угль-ды      | Энергичность<br>(ккал) | В1            | С           | А            | Е            | Са            | Р            | Мг            | Fe           |             |
|---------------|------------------|--------------|--------------|--------------|------------------------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| 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          |              |             |
| 100           | 6,78             | 13,96        | 42,14        | 321          | 0,12                   | 0             | 0           | 5,1          | 18,6         | 64,2          | 26,2         | 1,2           |              |             |
| 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             |              |             |
| <b>Итого:</b> | <b>35</b>        | <b>18,17</b> | <b>21,41</b> | <b>86,56</b> | <b>0,41</b>            | <b>5,93</b>   | <b>3,00</b> | <b>8,12</b>  | <b>85,25</b> | <b>229,23</b> | <b>80,20</b> | <b>4,75</b>   |              |             |
| 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          |              |             |
| 185/10/5      | 0,112            | 0,018        | 10,15        | 41,32        | 2,03                   | 0             | 0,006       | 13,25        | 3,96         | 2,16          | 0,333        |               |              |             |
| 20/20         | 2,84             | 0,4          | 17,76        | 86,6         | 0,056                  | 0             | 0           | 0,5          | 9,8          | 43            | 12,2         | 1             |              |             |
| <b>Итого:</b> | <b>490</b>       | <b>35</b>    | <b>16,03</b> | <b>13,60</b> | <b>52,13</b>           | <b>396,52</b> | <b>0,16</b> | <b>19,45</b> | <b>5,90</b>  | <b>3,37</b>   | <b>65,85</b> | <b>170,88</b> | <b>70,20</b> | <b>3,84</b> |

**СРЕДА**

**Меню дополнительного питания**

|  |  |            |              |              |              |               |             |             |              |             |              |               |              |             |
|--|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| № 96,105 Сборщик. На продано для обуч- Деш 2017                                  | Рассолыжник 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        |
| № 6 стр. 14, Хлеб. Состав и калорийность рецептуры: продукция питания Деш + 2012 | Вафли  | 50         | 1,95         | 15,3         | 31,25        | 271           | 0,03        | 3           | 2,35         | 4           | 21           | 3             | 0,3          |             |
| № 341 Сборщик. На продано для обуч. Во всех округах/учреж/Деш 2017               | Компот из свежемороженых фруктов                               | 200        | 0,24         | 0,14         | 31,84        | 116           | 0,01        | 0,73        | 0            | 0           | 14           | 8,94          | 5,58         | 0,14        |
| № 6 стр. 14, Хлеб. Состав и калорийность рецептуры: продукция питания Деш + 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        |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>552</b> | <b>10,18</b> | <b>24,85</b> | <b>83,51</b> | <b>593,19</b> | <b>0,19</b> | <b>9,26</b> | <b>17,40</b> | <b>5,15</b> | <b>66,48</b> | <b>168,45</b> | <b>50,14</b> | <b>2,51</b> |

**ЧЕТВЕРГ**

**Меню дополнительного питания**

|   |                                      |            |              |              |               |               |             |              |              |              |              |               |               |             |
|---|--------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| № 294 Сборщик. На продано для обуч. Во всех округах/учреж/Деш 2017. №366. Лимоник. 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 Сборщик. На продано для обуч. Во всех округах/учреж/Деш 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        |
| ТТК   | Кисель                               | 200        | 0,24         | 0,12         | 35,76         | 145,08        | 0           | 80           | 0            | 0,18         | 8,2          | 6,42          | 0,96          | 0,28        |
| № 6 стр. 14, Хлеб. Состав и калорийность рецептуры: продукция питания                     | 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           |
| <b>Итого:</b>   |                                      | <b>520</b> | <b>27,72</b> | <b>11,71</b> | <b>115,71</b> | <b>679,34</b> | <b>0,47</b> | <b>81,20</b> | <b>15,82</b> | <b>55,84</b> | <b>95,87</b> | <b>364,29</b> | <b>201,85</b> | <b>9,91</b> |

**ПЯТНИЦА**

**Меню дополнительного питания**

|   |                                 |            |              |              |              |               |             |             |              |             |              |               |              |             |
|---|---------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| № 271 Сборщик. На продано для обуч. Во всех округах/учреж/Деш 2017    | Котлеты домашние                | 100        | 13,57        | 17,23        | 10,12        | 249,33        | 0,17        | 0,24        | 3,42         | 2,83        | 16,84        | 130,68        | 20,09        | 2,12        |
| № 304 Сборщик. На продано для обуч. Во всех округах/учреж/Деш 2017    | Рис отварной с маслом сливочным | 180/3      | 4,404        | 8,628        | 44,062       | 271,44        | 0,03        | 0           | 12           | 0,37        | 2,36         | 74,03         | 19,6         | 0,636       |
| № 377 Сборщик. На продано для обуч. Во всех округах/учреж/Деш 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        |             |
| № 6 стр. 14, Хлеб. Состав и калорийность рецептуры: продукция питания | 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           |
| <b>Итого:</b>   |                                 | <b>523</b> | <b>20,92</b> | <b>26,28</b> | <b>82,09</b> | <b>648,69</b> | <b>0,25</b> | <b>2,27</b> | <b>15,42</b> | <b>3,71</b> | <b>42,25</b> | <b>251,67</b> | <b>54,05</b> | <b>4,09</b> |

# СУББОТА

## Меню дополнительного питания

№ 98 Сбор реч. На притоки  
для о.б.уч. Во всех  
объектах/участ./дней 2017  
сметной

табл. 6 стр. 136/дней +2012

Печенье

Хлеб ржаной

ТТК составлена на  
основании акта обследования  
2019 г от 29.10.19  
табл.6 стр. 144/дней. Основа и  
максимально возможное  
производство питания/дней +  
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                     | 0,2         | 0             | 24,8          | 102,00        | 0              | 2,4           | 0             | 0            | 10           | 2             | 2              | 0,2           |              |             |
| 20                      | 1,32        | 0,24          | 7,92          | 39,60         | 0,03           | 0,00          | 0             | 0,28         | 5,80         | 30,00         | 9,40           | 0,78          |              |             |
| <b>Итого:</b>           | <b>537</b>  | <b>35</b>     | <b>9,27</b>   | <b>12,96</b>  | <b>76,30</b>   | <b>463,88</b> | <b>0,12</b>   | <b>12,54</b> | <b>17,81</b> | <b>4,44</b>   | <b>77,69</b>   | <b>131,24</b> | <b>38,23</b> | <b>2,81</b> |
| <b>Всего за 6 дней:</b> | <b>3227</b> | <b>102,30</b> | <b>110,81</b> | <b>496,30</b> | <b>3406,87</b> | <b>1,60</b>   | <b>130,64</b> | <b>75,35</b> | <b>80,63</b> | <b>433,40</b> | <b>1315,76</b> | <b>494,67</b> | <b>27,90</b> |             |

**Примерное недельное меню для учащихся образовательных учреждений  
Елабужского муниципального района РТ  
2 неделя**

| № Сб-рек   | Наименование продуктов   | Выход,г                     | Стоимость<br>н.руб | Белки        | Жиры         | Угл-ды       | Энергетичность<br>(ккал/д) | В1          | С           | А            | Е           | Са           | Р             | Mg            | Fe           |
|--|--|-----------------------------|--------------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
|  |  |                             |                    |              |              |              |                            |             |             |              |             |              |               |               |              |
| № 280,331 Сб-рек. На<br>проектно для об/ч. Во всех<br>образ.учреж-Ленин 2017                     | Фрикадельки мясные в томатно-сметанном<br>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 Сб-рек. На проектно<br>для об/ч. Во всех<br>образ.учреж-Ленин 2017 | Капша 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        |
|  | № 376 Сб-рек. На проектно<br>для об/ч. Во всех<br>образ.учреж-Ленин 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        |
| № 6,14,14,Хоч.<br>табл.6 стр.14,14,Хоч.<br>Система и авторизация<br>рецептиных продуктов питания | 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             |              |
|  | <b>Итого:</b>  | <b>525</b>                  | <b>32</b>          | <b>21,93</b> | <b>14,39</b> | <b>86,06</b> | <b>563,40</b>              | <b>0,35</b> | <b>0,30</b> | <b>16,31</b> | <b>3,64</b> | <b>73,99</b> | <b>374,21</b> | <b>196,41</b> | <b>12,21</b> |
| <b>ВТОРНИК</b>   |  |                             |                    |              |              |              |                            |             |             |              |             |              |               |               |              |
| <b>Меню Дополнительного питания</b>  |  |                             |                    |              |              |              |                            |             |             |              |             |              |               |               |              |
| № 96,288 Сб-рек. На проектно<br>для об/ч. Во всех<br>образ.учреж-Ленин 2017                      | Рассолыник ленинградский с мясом птицы, со<br>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 "Летская"  | 100                         | 6,78               | 13,96        | 42,14        | 321          | 0,12                       | 0           | 0           | 5,1          | 18,6        | 64,2         | 26,2          | 1,2           |              |
|  | № 342 Сб-рек. На проектно<br>для об/ч. Во всех<br>образ.учреж-Ленин 2017 | 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        |
| табл.6 стр.14,14,Хоч. Система и<br>авторизация рецептиных<br>продуктов питания Ленин +<br>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          |              |
|  | <b>Итого:</b>  | <b>590</b>                  | <b>32</b>          | <b>12,88</b> | <b>22,81</b> | <b>90,31</b> | <b>624,85</b>              | <b>0,27</b> | <b>9,55</b> | <b>15,82</b> | <b>7,93</b> | <b>81,89</b> | <b>177,83</b> | <b>67,84</b>  | <b>4,07</b>  |

# СУВВОТА

## Меню Донолителногo питания

| № 97/108Сербия, На пропе-<br>но два едена, По мес:<br>оформ, урже, Јени 2017 |        | табли 6 стр, 136 Јени *2012 |        | Печенье |         | № 312 Сербия, На пропено<br>два едена, По мес:<br>оформ, урже, Јени 2017 |        | табли 6 стр, 144, Хлеб, Сосис и<br>макаронител, русејитик<br>продуктив ливане /јени +<br>2012 |        |         |         |        |       |
|--|--------|-----------------------------|--------|---------|---------|--|--------|---|--------|---------|---------|--------|-------|
| 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  | 50     | 3,75                        | 4,9    | 37,2    | 208,50  | 0,04   | 0,00   | 5   | 1,75   | 14,5    | 45      | 10     | 1,05  |
| 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 |
| 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:   | 552    | 12,64                       | 10,83  | 94,11   | 540,24  | 0,25   | 13,01  | 9,40  | 3,67   | 72,65   | 218,26  | 67,87  | 4,73  |
| Всего:   | 3140   | 95,18                       | 86,67  | 499,34  | 3191,33 | 1,57   | 187,69 | 166,45  | 25,32  | 571,48  | 1455,77 | 520,48 | 30,62 |
| Всего за 12 дней:  | 6367   | 197,48                      | 197,48 | 995,63  | 6598,21 | 3,17   | 318,33 | 241,80  | 105,96 | 1004,87 | 2771,53 | #####  | 58,53 |
| В среднем на 1 учащегося в день  | 531    | 16,46                       | 16,46  | 82,97   | 549,85  | 0,26   | 26,53  | 20,15   | 8,83   | 83,74   | 230,96  | 84,60  | 4,88  |