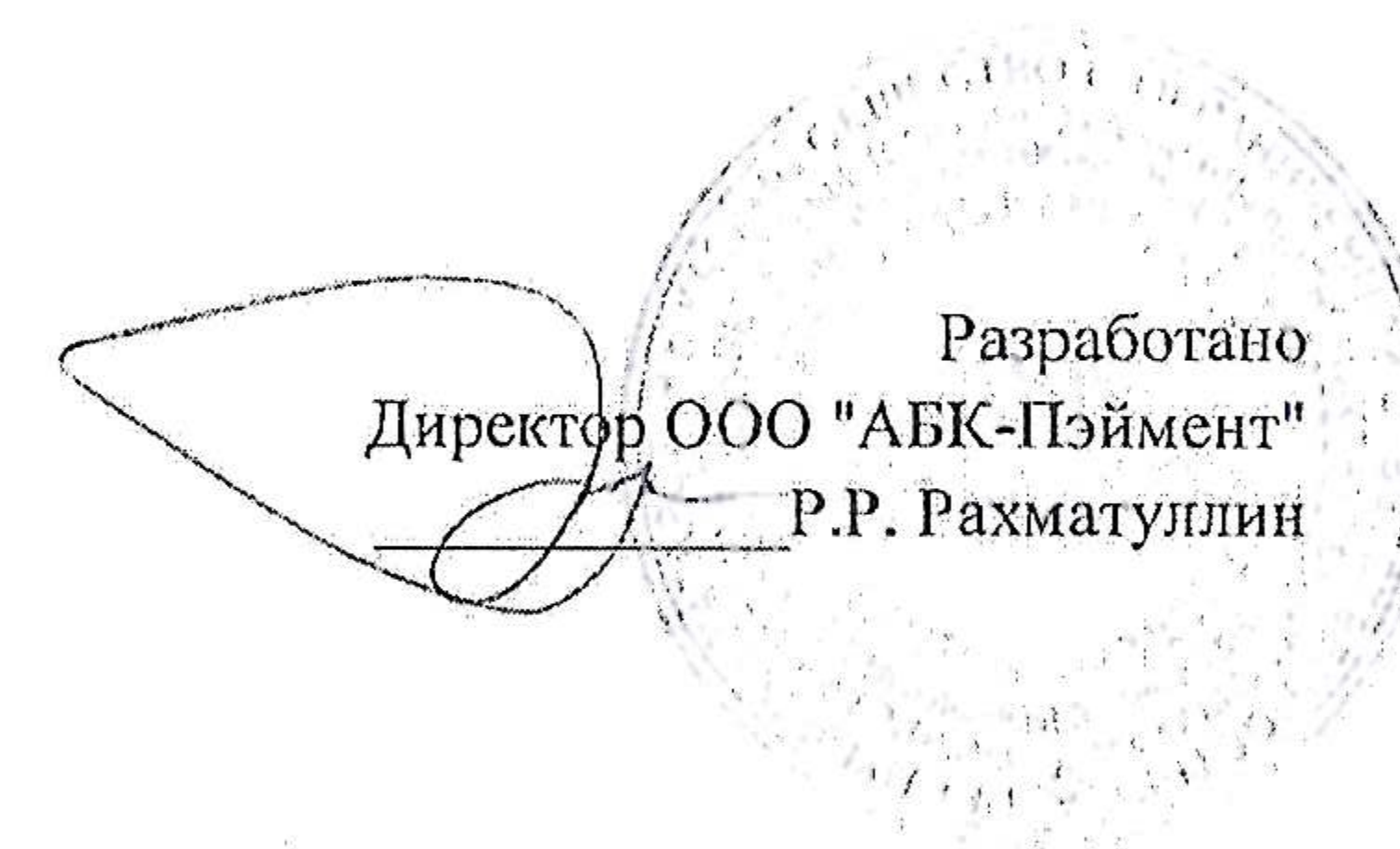


Согласовано  
Руководитель Общеобразовательного учреждения



## Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации дополнительно питания обучающихся  
общеобразовательных организаций Республики Татарстан  
(группа продленного дня)

Согласовано  
Начальник ТО  
Управления Роспотребнадзора по РТ (Татарстан)  
в Елабужском, Агрызском, Менделеевском районах  
Р.З. Салихова

Утверждаю \_\_\_\_\_ Директор ООО "АБК-Пэймент"  
Рахматуллин Р.Р.

Согласовано

Директор МБОУ "Гимназия №1-Центр национального образования" Елабужского  
муниципального района Республики Татарстан  
Л.М.Сафиуллина

ООО "АБК - Пэймент"

Примерное двухнедельное циклическое меню для учащихся образовательных учреждений г. Елабуга и Елабужского муниципального района:

1 неделя

№ Сб.реци	Наименование продуктов	Выход,г	Стоимость питания, руб.	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	Энер.ценность (ККАЛ)	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe
<b>Понедельник</b>															
<b>Дополнительное меню группы продленного дня</b>															
84,105/2017	Борщ Сибирский с мясными фрикадельками, со сметано	250/22/10		8,208	38,395	14,689	187,09	0,115	0,15	14,4		67,705	151,28	42,45	2,09
348/2017	Компот из урюка	200		0,75	0,06	27,93	116,4	0,016	0,6		1,1	33,22	22,8	18,16	0,48
табл 6 стр 140 Дели +,2012	Печенье	50		3,70	4,70	36,6	203,5	0,07			1,85	13	42	15	0,7
табл 6 стр 134 Дели +,2012	Хлеб сельский/белый	20/20		2,26	0,4	17,760	86,600	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1
	<b>Итого:</b>	<b>572</b>	<b>28,40</b>	<b>14,92</b>	<b>43,56</b>	<b>96,93</b>	<b>593,59</b>	<b>0,26</b>	<b>0,75</b>	<b>14,40</b>	<b>3,15</b>	<b>123,73</b>	<b>259,08</b>	<b>87,81</b>	<b>4,27</b>
<b>ВТОРНИК</b>															
<b>Дополнительное меню группы продленного дня</b>															
338/2017	Фрукт (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56,4	0,036	0,12		0,24	19,2	13,2	10,8	2,64
103,288/2017	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом птицы	250/15		9,370	7,920	17,140	176,040	0,126	8,250			28,800	124,090	34,080	2,160
Акт 2016	Кисель детский витаминизированный	200		0,570	0,060	30,200	123,600	0,006	1,100			15,700	16,320	3,360	0,372
табл 6 стр 134 Дели +,2012	Хлеб сельский/белый	20/20		2,260	0,400	17,760	86,600	0,056			0,200	9,800	43,000	12,200	1,000
	<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>28,40</b>	<b>12,680</b>	<b>8,860</b>	<b>76,860</b>	<b>442,640</b>	<b>0,224</b>	<b>9,470</b>	<b>0,000</b>	<b>0,440</b>	<b>73,500</b>	<b>196,610</b>	<b>60,440</b>	<b>6,172</b>
<b>СРЕДА</b>															
<b>Дополнительное меню группы продленного дня</b>															
119,241/2017,123/2016	Суп гороховый с гречками, с мясом	250/10/10		11,29	50,05	2,086	603,91	0,311	1			58,03	123,43	41,2	3,145
Акт 2016	Компот из замороженной черной смородины	200		0,2		24,8	102	0,01	24			14	8,94	5,58	0,14
табл 6 стр 140 Дели +,2012	Печенье	50		3,75	4,9	37,2	208,5	0,04		5		14,5	45	10	1,05
табл 6 стр 134 Дели +,2012	Хлеб сельский/белый	20/20		2,26	0,4	17,760	86,600	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>28,40</b>	<b>17,5</b>	<b>55,35</b>	<b>81,846</b>	<b>1001,01</b>	<b>0,417</b>	<b>25</b>	<b>5</b>	<b>0,2</b>	<b>96,33</b>	<b>220,37</b>	<b>68,98</b>	<b>5,335</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>															
<b>Дополнительное меню группы продленного дня</b>															
88,288/2017	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом птицы, со сметаной	250/15/10		5,19	8,49	8,26	136,95	0,066	16,18	3		63,9	76,55	26,03	1,115
389/2017	Нектар плодовой	200		1		0,4	84,8	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8

табл 6 стр 134 Дели +,2012	Хлеб сельский/белый	20/20		2,26	0,4	17,760	86,600	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1
	<b>Итого:</b>	<b>562</b>	<b>28,40</b>	<b>16,68</b>	<b>9,78</b>	<b>76,704</b>	<b>473,59</b>	<b>0,241</b>	<b>12,24</b>	<b>25,4</b>	<b>1,38</b>	<b>76,08</b>	<b>198,48</b>	<b>59,61</b>	<b>3,252</b>
	<b>СРЕДА</b>														
	<b>Дополнительное меню группы продленного дня</b>														
88/2017	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне, со сметаной	250/10		2,025	6,45	8,26	105,95	0,061	15,82	10		58,05	55,1	23,03	0,845
Акт 2016	Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	2штг/90/15		7,64	6,18	42,93	258	0,149	1,07	20,7		141,21	151,65	34,5	1,09
376/2017	Чай с сахаром	200/15		0,07	0,02	15	60		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
табл 6 стр 134 Дели +,2012	Хлеб сельский/белый	20/20		2,26	0,4	17,760	86,600	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1
	<b>Итого:</b>	<b>620</b>	<b>28,40</b>	<b>12,00</b>	<b>13,05</b>	<b>83,95</b>	<b>510,55</b>	<b>0,27</b>	<b>16,92</b>	<b>30,70</b>	<b>0,20</b>	<b>220,16</b>	<b>252,55</b>	<b>71,13</b>	<b>3,22</b>
	<b>ЧЕТВЕРГ</b>														
	<b>Дополнительное меню группы продленного дня</b>														
97,288/2017	Суп картофельный на курином бульоне, с мясом птицы	250/15		5,355	4,83	15,39	137	0,125	11,08	3		35,55	93,68	32,68	1,42
	Пряник "Комсомольский"	50		2,95	2,35	37,5	183	0,04			1,2	5,5	25	4,5	0,4
Акт 2016	Компот из замороженной черной смородины	200		0,2		24,8	102	0,01	24			14	8,94	5,58	0,14
табл 6 стр 134 Дели +,2012	Хлеб сельский/белый	20/20		2,26	0,4	17,760	86,600	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>28,40</b>	<b>10,765</b>	<b>7,58</b>	<b>95,45</b>	<b>508,6</b>	<b>0,231</b>	<b>35,08</b>	<b>3</b>	<b>1,4</b>	<b>64,85</b>	<b>170,62</b>	<b>54,96</b>	<b>2,96</b>
	<b>ПЯТНИЦА</b>														
	<b>Дополнительное меню группы продленного дня</b>														
113,114,105/2017	Суп-лапша домашняя с картофелем с мясными фрикадельками	250/22		6,96	8,12	11,79	158,89	0,076	0,6	16,4		33,28	84,18	17,78	0,98
табл 6 стр 140 Дели +,2012	Печенье	50		3,75	4,9	37,2	208,5	0,04		5		14,5	45	10	1,05
377/2017	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7		0,13	0,02	15,2	62		2,83			14,2	4,4	2,4	0,36
табл 6 стр 134 Дели +,2012	Хлеб сельский/белый	20/20		2,26	0,4	17,760	86,600	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1
	<b>Итого:</b>	<b>704</b>	<b>28,40</b>	<b>13,10</b>	<b>13,44</b>	<b>81,95</b>	<b>515,99</b>	<b>0,17</b>	<b>3,43</b>	<b>21,40</b>	<b>0,20</b>	<b>71,78</b>	<b>176,58</b>	<b>42,38</b>	<b>3,39</b>
	<b>СУББОТА</b>														
	<b>Дополнительное меню группы продленного дня</b>														
338/2017	Фрукт (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56,4	0,036	0,12		0,24	19,2	13,2	10,8	2,64
97,288/2017	Суп картофельный на курином бульоне, с мясом птицы	250/15		5,355	4,83	15,39	137	0,125	11,08	3		35,55	93,68	32,68	1,42
376/2017	Чай с сахаром	200/15		0,07	0,02	15	60		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
табл 6 стр 134 Дели +,2012	Хлеб сельский/белый	20/20		2,26	0,4	17,760	86,600	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1
	<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>28,40</b>	<b>8,17</b>	<b>5,73</b>	<b>59,91</b>	<b>340,00</b>	<b>0,22</b>	<b>11,23</b>	<b>3,00</b>	<b>0,44</b>	<b>75,65</b>	<b>152,68</b>	<b>57,08</b>	<b>5,34</b>
	<b>Итого за 6 дней 2 недели:</b>	<b>3651</b>		<b>74,00</b>	<b>64,02</b>	<b>464,61</b>	<b>2 889,91</b>	<b>1,30</b>	<b>93,98</b>	<b>102,50</b>	<b>4,02</b>	<b>613,15</b>	<b>1 142,21</b>	<b>346,39</b>	<b>24,62</b>
	<b>Итого за 12 дней:</b>	<b>7133</b>		<b>161,55</b>	<b>206,81</b>	<b>980,05</b>	<b>6 553,30</b>	<b>3,73</b>	<b>159,84</b>	<b>163,40</b>	<b>10,83</b>	<b>1 275,33</b>	<b>2 438,97</b>	<b>750,30</b>	<b>52,62</b>
	<b>Итого в среднем на 1 учащегося в день</b>	<b>594,42</b>		<b>16,16</b>	<b>20,68</b>	<b>98,00</b>	<b>655,33</b>	<b>0,37</b>	<b>15,98</b>	<b>16,34</b>	<b>1,08</b>	<b>127,53</b>	<b>243,90</b>	<b>75,03</b>	<b>5,26</b>