

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов (завтрак+доп. питание) для детей инвалидов в сельских образовательных учреждениях Заинского района С 24.05.2021г. ПО 28.05.2021 г.

Стоимость питания Старшие  
69,1руб./день;

№ рец	Прием пищи, Наименование блюд	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность Старшие	Витамины (мг)				Минеральные вещества, мг				
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe	
																Старшие
<b>Пн, 24 мая 21</b>				70,94	31,15	30,44	163,35	1 052,04	0,88	0,43	89,28	1,71	1 241,16	1 418,93	288,42	10,92
<b>Завтрак</b>				50,21	18,74	22,15	80,32	595,61	0,25	0,42	85,44	1,67	119,26	289,43	73,19	5
ТТК-287н	Салат из белокочан.капус.с яблок	100	7,03	2,57	5,2	9,06	93,32	0,05	0,42	84,97	0,17	71,3	44,9	23,68	1,19	
ТТК-738	Котлеты "Крестьянские"	2/50	33,88	7,44	10,95	6,2	153,15	0,06	0,00	0,37	0,21	12,07	158,6	24,66	1,7	
516/04	Макаронные изделия отварные	180	6,56	6,4	5,75	46,08	261,66	0,1	0,00	0,00	1,29	23,66	54,44	10,65	0,84	
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,73	0,2	0,00	5,06	21,04	0,00	0,00	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82	
	Хлеб "Рябинушка"	28	2,01	2,13	0,25	13,92	66,44	0,04	0,00	0,00	0,00	7,28	23,24	9,8	0,45	
<b>Доп. питание ЗС</b>				20,73	12,41	8,29	83,03	456,43	0,63	0,01	3,84	0,04	1 121,9	1 129,5	215,23	5,92
302/04	Каша гречневая молочная вязкая с маслом	200/5	14,30	9,16	7,82	44,78	286,21	0,57	0,01	3,84	0,04	1 102,62	1 086,91	199,13	5,02	
ТТК - 623	Компот полусладкий из изюма	200	3,26	0,00	0,00	15,67	62,68	0,02	0,00	0,00	0,00	12	19,35	6,3	0,45	
	Хлеб "Дарницкий"	20	1,16	1,12	0,22	8,66	41,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб "Рябинушка"	28	2,01	2,13	0,25	13,92	66,44	0,04	0,00	0,00	0,00	7,28	23,24	9,8	0,45	
<b>Вт, 25 мая 21</b>				69,04	37,61	37,47	136,82	1 034,96	0,68	167,04	57,38	1,97	242,87	625,08	253,49	7,43
<b>Завтрак</b>				47,62	25,65	24,59	65,76	586,9	0,39	160,36	56,07	1,16	82,15	360,02	170,36	5,17
612/04	Маринад овощной с томатом	100	7,57	1,58	10,11	10,6	139,67	0,07	159,6	8,48	0,42	30,14	58,35	34,74	0,85	
ттк №-819	Жаркое из мякоти птицы	50/150	33,18	20,17	11,34	16,33	248,05	0,27	0,74	44,29	0,72	36,06	266,76	119,76	2,97	
686/04	Чай с лимоном с печеньем "Со вкусом топленого молока"	200/7/18	4,72	1,62	2,87	23,92	127,99	0,00	0,02	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87	
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48	
<b>Доп. питание ЗС</b>				21,42	11,96	12,88	71,06	448,06	0,29	6,68	1,31	0,81	160,72	265,06	83,13	2,26
	Каша молочная геркулесовая с маслом	200/10	15,49	8,06	12,37	33,05	275,81	0,24	6,66	1,28	0,81	144,67	237,19	71,17	1,73	
ТТК №-106н	Напиток "Фруктовый"из сухофруктов (полусладкий)	200	2,62	0,5	0,02	14,44	59,96	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05	
	Хлеб "Дарницкий"	20	1,16	1,12	0,22	8,66	41,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48	
<b>Ср, 26 мая 21</b>				68,92	22,23	18,7	145,59	839,56	0,88	4,04	29,62	1,19	1 527,75	1 559,6	358,12	8,83
<b>Завтрак</b>				43,05	12,23	12,85	56,2	389,42	0,28	4,03	7,66	0,47	103,38	252,4	121,48	4,9
	Огурец свежий порциями	65	8,69	0,53	0,07	1,66	9,35	0,02	0,01	6,63	0,07	15,25	27,85	9,28	0,4	
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	2/50	20,34	2,12	5,55	1,84	65,85	0,00	0,00	0,28	0,00	3,54	13,33	2,36	0,18	
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7,81	5,57	5,7	29,83	192,97	0,19	2,92	0,00	0,35	11,58	132,24	87,59	2,95	
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком	200	3,99	1,65	1,25	7,46	47,69	0,02	1,1	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	0,87	
	Хлеб "Рябинушка"	31	2,22	2,36	0,28	15,41	73,56	0,05	0,00	0,00	0,00	8,06	25,73	10,85	0,5	
<b>Доп. питание ЗС</b>				25,87	10	5,85	89,39	450,14	0,6	0,01	21,96	0,72	1 424,37	1 307,2	236,64	3,93
	Десерт фруктовый Яблоко-	100	9,52	0,4	0,00	11,3	46,8	0,03	0,00	16	0,2	16	11	9	0,6	
161/04	Суп молочный с пшеном	250	10,34	6,1	5,36	23,06	164,83	0,52	0,01	5	0,52	1 397,01	1 266,98	215,7	2,72	
ТТК №272н	Кисель из концентрата	200	2,70	0,1	0,00	31,46	126,22	0,00	0,00	0,96	0,00	3,56	4,32	1,44	0,13	
	Хлеб "Дарницкий"	20	1,16	1,12	0,22	8,66	41,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48	
<b>Чт, 27 мая 21</b>				67,53	26,36	29,8	160,68	1 016,21	0,71	7	123,97	2	607,47	782,79	199,92	7,12
<b>Завтрак</b>				44,99	15,06	18,94	82,92	562,29	0,5	0,31	122,54	0,59	431,74	503,39	148,37	5,28

ТТК-637	Салат из свежей капусты с помидорами	100	8,76	2,1	4,6	5,48	71,7	0,04	0,31	67,25	0,19	54,27	37,72	21,08	0,84
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	15,43	4,46	7,9	5,37	110,39	0,01	0,00	2,64	0,14	16,18	4,67	8,32	0,48
520/04	Пюре картофельное	180	17,92	6,02	6,17	52,1	287,97	0,4	0,00	52,55	0,26	348,54	427,85	104,07	2,66
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,73	0,2	0,00	5,06	21,04	0,00	0,00	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
<b>Доп. питание ЗС</b>			22,54	11,3	10,86	77,76	453,92	0,21	6,69	1,43	1,41	175,73	279,4	51,55	1,84
257/96	Каша молочная ячневая с маслом	200/10	14,22	7,39	10,29	39,8	281,36	0,16	6,66	1,28	0,76	159,68	243,85	36,25	0,95
ТТК - 623	Компот полусладкий из кураги	200	5,01	0,51	0,08	14,39	60,27	0,00	0,03	0,15	0,65	8,25	10,65	4,8	0,41
	Хлеб "Дарницкий"	20	1,16	1,12	0,22	8,66	41,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
<b>Пт, 28 мая 21</b>			69,07	27,87	42,5	180,99	1 217,95	0,97	0,12	108,18	1,98	2 174,62	2 143,26	379,48	6,01
<b>Завтрак</b>			45,39	13,97	24,17	98,42	667,13	0,7	0,01	106,83	0,31	1 758,16	1 689,91	303,17	3,77
	Десерт фруктовый Апельсин	140	12,83	1,26	0,00	11,76	52,08	0,06	0,00	84	0,31	47,6	32,2	18,2	0,42
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	8,08	2,34	8,52	15	146,04	0,05	0,00	0,00	0,00	10	26,8	10,8	0,5
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/10	15,27	6,35	11,25	40,03	286,77	0,43	0,01	20,83	0,00	1 138,66	1 122,91	196,17	1,8
692/04	Кофейный напиток с печеньем "Со вкусом топленого молока"	200/18	9,21	4,02	4,4	31,63	182,24	0,16	0,00	2	0,00	561,9	508	78	1,05
<b>Доп. питание ЗС</b>			23,68	13,9	18,33	82,57	550,82	0,27	0,11	1,35	1,67	416,46	453,35	76,31	2,24
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	200/10	17,75	10	17,82	44,56	378,57	0,22	0,09	1,32	1,67	400,41	425,48	64,35	1,71
ТТК №-106н	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов (полусладкий)	200	2,62	0,5	0,02	14,44	59,96	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
	Хлеб "Дарницкий"	20	1,16	1,12	0,22	8,66	41,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
<b>Итого</b>			345,5	145,22	158,91	787,43	5 160,72	4,12	178,63	408,43	8,85	5 793,87	6 529,66	1 479,43	40,31

	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества (гр)	Пищевые вещества (гр)	Пищевые вещества (гр)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)	Минеральные вещества (мг)	Минеральные вещества (мг)	Минеральные вещества (мг)
	Старшие	Старшие	Белки	Жиры	Углеводы	Старшие	В1	А	С	Е	Са	Р	Мg	Fe
			Старшие	Старшие	Старшие		Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие
<b>ИТОГО ЗА 5 дней</b>		345,5	225,00	230,00	957,50	6782,50	3,50	2,70	210,00	30,00	3000,00	3000,00	900,00	46,65
<b>В среднем в день:</b>		69,10	45,00	46,00	191,50	1356,50	0,70	0,54	42,00	6,00	600,00	600,00	180,00	9,33

Генеральный директор

В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

А. Р. Хамидуллина

Зам. начальника производственного отдела

Ю.В. Будилова