

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов (завтрак+доп. питание) для детей инвалидов в сельских образовательных учреждениях Заинского района С 17.05.2021г. ПО 21.05.2021 г.

Стоимость питания Старшие  
69,1руб./день;

№ рец	Наименование блю	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
<b>Пн, 17 мая 21</b>			68,37	21,46	23,61	144,91	877,86	0,85	2,42	23,73	2,69	1 464,84	1 442,68	288,29	10,01
<b>Завтрак</b>			49,62	11,76	18,28	83,2	544,35	0,37	2,37	18,58	1,58	60,26	169,35	74,69	7,62
	Десерт фруктовый Яблоко-	150	14,28	0,6	0,6	13,5	61,8	0,05	0,08	15	0,3	25,05	16,5	12	3
ТТК-649к	Биточки "Рябушка" с маслом	2/50/5	23,31	2,17	9,18	1,91	98,95	0,00	2,25	0,28	0,00	4,74	14,83	2,38	0,19
510/04	Каша пшенная вязкая	180	5,47	5,31	5,84	30,4	195,37	0,27	0,02	0,00	1,26	14,52	103,11	44,45	3,08
686/04	Чай с лимоном с печеньем "К кофе"	200/7/15	4,41	1,4	2,39	22,48	117,04	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>			18,75	9,7	5,33	61,71	333,51	0,48	0,05	5,15	1,11	1 404,58	1 273,33	213,6	2,39
160/04	Суп молочный с макаронными изд	250	10,43	5,79	4,76	23,75	160,95	0,43	0,02	5	0,46	1 388,53	1 237,78	198,3	1,5
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>Вт, 18 мая 21</b>			68,81	29,73	38,01	153,59	1 075,37	0,69	6,82	94,47	2,66	1 291,95	1 350,41	237,62	7,38
<b>Завтрак</b>			44,49	16,03	20,89	71,92	539,8	0,49	0,18	94,04	1,29	1 197,19	1 177,15	203,66	4,81
	Десерт фруктовый Апельсин	150	13,75	1,35	0,00	12,6	55,8	0,06	0,00	90	0,33	51	34,5	19,5	0,45
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
337/04	Яйцо вареное	1 шт	9,31	6,1	5,52	0,34	75,41	0,03	0,17	0,00	0,96	26,4	103,2	5,76	1,2
302/04	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	12,62	6,04	6,85	38,92	241,51	0,35	0,01	3,94	0,00	1 104,84	1 004,4	163,2	1,84
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
<b>Доп. питание ЗС</b>			24,32	13,7	17,12	81,67	535,57	0,2	6,64	0,43	1,37	94,76	173,26	33,96	2,57
208/10	Макаронны запеченные с яйцом с маслом	200/10	17,75	10,03	16,63	42,47	359,7	0,13	6,64	0,43	1,37	74,96	129,01	17,16	1,64
ТТК - 623	Компот полусладкий из изюма	200	3,26	0,27	0,00	15,63	63,58	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"	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, 19 мая 21</b>			68,68	26,27	33,13	173,97	1 099,07	1,15	2,5	71,78	1,25	2 259,32	2 119,8	401,03	8,08
<b>Завтрак</b>			47,06	16,06	24,73	91,05	650,99	0,59	2,47	64,42	1,15	474,76	528,03	139,27	5,88
612/04	Маринад овощной с томатом	100	7,57	1,63	10,07	10,92	140,81	0,1	0,00	8,48	0,6	45,3	14,46	4,42	1,41
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	15,43	4,46	7,6	5,63	108,78	0,02	1,35	2,64	0,12	13,46	7,57	9,2	0,5
520/04	Пюре картофельное	180	17,92	6,04	5,54	52,13	282,52	0,4	0,02	52,55	0,38	343,25	427,85	103,75	2,62
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"	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>			21,62	10,21	8,4	82,92	448,08	0,56	0,03	7,36	0,1	1 784,56	1 591,77	261,76	2,2
ТТК-981	Каша молочная "5 злаков" (вязкая) с маслом	200/5	15,61	6,71	7,91	27,89	209,57	0,51	0,03	6,4	0,1	1 773,4	1 562,55	249,82	1,62
ТТК №272н	Кисель из концентрата	200	2,70	0,1	0,00	31,46	126,22	0,00	0,00	0,96	0,00	3,36	4,32	1,44	0,1
	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, 20 мая 21</b>			69,6	46,76	23,52	169,56	1 077,14	0,87	4,4	66,88	2,06	277,77	607,22	184,41	11,77
<b>Завтрак</b>			48,54	34,35	15,56	71,59	563,92	0,46	0,04	58,37	0,57	128,65	372,93	105,64	7,31

ТТК-637	Салат из свежей капусты с помидорами	100	9,91	2,1	4,6	5,48	71,7	0,08	0,00	56,99	0,29	54,27	37,72	21,08	1,25
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25,11	23,64	4,96	3,75	154,23	0,09	0,00	1,29	0,12	19,77	170,68	26,79	1,59
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7,81	5,57	5,7	29,83	192,97	0,23	0,02	0,00	0,16	33,33	131,54	43,13	3,52
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.	200	3,56	0,76	0,03	17,62	73,83	0,01	0,02	0,09	0,00	13,48	8,09	4,14	0,47
	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>			21,06	12,41	7,96	97,97	513,22	0,41	4,36	8,51	1,49	149,12	234,29	78,77	4,46
302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	11,64	8,83	7,47	45,32	283,87	0,35	4,36	1,25	1,4	133,58	204,4	64,18	3,64
372/10	Компот из свежих яблок	200	6,11	0,18	0,00	29,08	117,06	0,01	0,00	7,26	0,09	7,74	4,99	4,09	0,34
	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, 21 мая 21</b>			69,97	28,69	26,65	165,74	1 017,58	0,72	0,08	12,71	2,05	1 170,4	1 414,56	229,07	6,32
<b>Завтрак</b>			52,15	17,45	19,5	83,78	580,41	0,22	0,05	8,77	1,7	59,11	256,68	58,55	3,68
	Огурец свежий порциями	50	10,79	0,41	0,05	1,28	7,19	0,02	0,01	5,1	0,05	11,73	21,42	7,14	0,31
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	100	29,84	8,06	14,05	6,2	183,53	0,05	0,00	0,37	0,22	12,4	145,91	25,17	1,22
516/04	Макаронные изделия отварные	180	6,56	6,43	5,12	46,11	256,22	0,1	0,02	0,00	1,41	19,03	54,44	10,38	0,8
686/04	Чай с лимоном	200/7	2,81	0,27	0,01	15,28	62,28	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>			17,82	11,24	7,15	81,96	437,17	0,5	0,03	3,94	0,35	1 111,29	1 157,88	170,52	2,64
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/5	11,25	7,57	6,66	42,76	261,3	0,43	0,03	3,94	0,35	1 091,49	1 113,63	153,72	1,71
ТТК - 623	Компот полусладкий из изюма	200	3,26	0,27	0,00	15,63	63,58	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"	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>			345,43	152,91	144,92	807,77	5 147,02	4,28	16,22	269,57	10,71	6 464,28	6 934,67	1 340,42	43,56

	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Минеральные вещества	Минеральные вещества	Минеральные вещества	Минеральные вещества
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
			Старшие	Старшие	Старшие		Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие
<b>ИТОГО ЗА 5 дней</b>		345,43	152,91	144,92	807,77	5 147,02	4,28	16,22	269,57	10,71	6 464,28	6 934,67	1 340,42	43,56
<b>В среднем в день:</b>		69,09	30,58	28,98	161,55	1 029,40	0,86	3,24	53,91	2,14	1 292,86	1 386,93	268,08	8,71

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