

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов (завтрак+доп. питание) для детей инвалидов в сельских образовательных учреждениях Заинского района С 19.04.2021г. ПО 23.04.2021 г.

Стоимость питания Старшие
69,1руб./день;

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества, мг				
				Старшие	Старшие	Старшие		Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие
Пн, 19 апреля 21			66,71	21,66	21,91	142,97	855,58	0,87	0,19	112,93	2,15	1 552,81	1 513,09	322,41	10,52	
Завтрак			50,69	12,12	16,66	80,82	521,64	0,39	0,02	107,18	1,69	139,13	221,61	99,81	6,57	
	Десерт фруктовый Апельсин	134	12,00	1,21	0,00	11,26	49,85	0,05	0,00	80,4	0,29	45,56	30,82	17,42	0,4	
45/04	Салат из кваш капусты (б/лука)	90	8,26	0,93	5	7,08	76,98	0,02	0,00	23,2	0,12	59,26	39,44	19,72	1,52	
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	2/50	20,21	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 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	200/7	2,60	0,27	0,00	15,33	62,4	0,00	0,00	3,3	0,02	8,45	10,01	5,36	0,91	
	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	
Доп. питание ЗС			16,02	9,54	5,25	62,15	333,94	0,48	0,17	5,75	0,46	1 413,68	1 291,48	222,6	3,95	
160/04	Суп молочный с макаронными изд	250	10,42	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 №-106г	Напиток "Фруктовый"из сухофруктов (полусладкий)	200	2,29	0,35	0,00	14,83	60,7	0,00	0,15	0,75	0,00	17,35	28,8	13,8	1,97	
	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	
Вт, 20 апреля 21			67,5	28,72	35,07	174,29	1 127,65	0,75	0,27	21,36	2,83	1 581,9	1 622,43	274,16	7,69	
Завтрак			44,01	15,08	20,89	80,6	570,72	0,46	0,18	20,04	1,16	1 162,49	1 153,65	193,16	5,01	
	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	
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	12,41	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	12,60	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	
685/04	Чай с сахаром	200	1,40	0,2	0,00	15,04	60,96	0,00	0,00	0,1	0,00	5,25	8,25	4,4	0,87	
Доп. питание ЗС			23,49	13,64	14,18	93,69	556,93	0,29	0,09	1,32	1,67	419,41	468,78	81	2,68	
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	200/5	16,26	9,97	13,69	44,51	341,14	0,22	0,09	1,32	1,67	399,31	424,53	64,2	1,7	
ттк-315	Компот "Фруктовый"из изюма	200	3,92	0,27	0,00	25,61	103,5	0,02	0,00	0,00	0,00	12,3	19,35	6,3	0,5	
	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	
Ср, 21 апреля 21			73,02	27,71	33,8	172,18	1 103,56	1,28	0,09	72,22	1,87	2 763,88	2 577,98	470,11	8,55	
Завтрак			49,55	17,09	25,32	106,33	721,43	0,72	0,03	65,67	1,12	974,43	979,88	204,99	6,04	
612/04	Маринад овощной с томатом	100	7,31	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	14,95	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	6,04	5,54	52,13	282,52	0,4	0,02	52,55	0,38	343,25	427,85	103,75	2,62	
692/04	Кофейный напиток	200	7,22	2,68	1,54	23	116,52	0,16	0,01	2	0,00	561,9	508	78	1,05	
	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	
Доп. питание ЗС			23,47	10,62	8,48	65,85	382,13	0,56	0,06	6,55	0,75	1 789,45	1 598,1	265,12	2,51	
ТТК-981	Каша молочная "5 злаков" (вязкая) с маслом	200/5	15,59	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 - 623	Компот полусладкий из кураги	200	4,57	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	
Чт, 22 апреля 21			66,62	45,15	23,89	169,01	1 071,76	1,07	0,05	38,89	1,91	1 222,57	1 460,87	320,57	13,32	

Завтрак			45,68	32,69	15,93	70,9	557,77	0,39	0,02	27,79	0,42	128,61	376,57	105,5	8,02
45/04	Салат из кваш капусты (б/лука)	90	8,26	0,93	5	7,08	76,98	0,02	0,00	23,2	0,12	59,26	39,44	19,72	1,52
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	7,56	5,57	5,7	29,83	192,97	0,23	0,02	0,00	0,16	33,33	131,54	43,13	3,52
686/04	Чай с лимоном	200/7	2,60	0,27	0,00	15,33	62,4	0,00	0,00	3,3	0,02	8,45	10,01	5,36	0,91
	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
Доп. питание ЗС			20,94	12,46	7,96	98,11	513,99	0,68	0,03	11,1	1,49	1 093,96	1 084,3	215,07	5,3
302/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/5	11,61	8,88	7,47	45,46	284,64	0,62	0,03	3,84	1,4	1 078,42	1 054,41	200,48	4,48
372/10	Компот из свежих яблок	200	6,02	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
Пт, 23 апреля 21			71,6	23,73	26,88	163,65	991,49	0,89	0,06	23,17	1,98	1 736,41	1 781,29	301,5	6,76
Завтрак			53,82	12,49	19,73	81,69	554,32	0,39	0,03	19,23	1,63	625,12	623,41	130,98	4,12
ттк №92н	Винегрет "Дары осени" (без лука)	91	7,56	1,94	7,05	13,04	123,39	0,08	0,00	17,09	0,22	39,73	47,82	27,68	1,49
ТТК-738	Котлеты "Крестьянские"	100	33,58	0,16	6,04	0,1	55,43	0,00	0,00	0,04	0,00	0,01	0,00	0,02	0,01
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
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком	200	3,97	1,68	1,25	7,53	48,09	0,16	0,01	2,1	0,00	558,55	496,25	82,4	1,34
	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
Доп. питание ЗС			17,78	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	11,23	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	3,24	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
Итого			345,45	146,97	141,55	822,1	5 150,04	4,86	0,66	268,57	10,74	8 857,57	8 955,66	1 688,75	46,84

	Цена	Пищевы	Пищевы	Пищевы	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Минеральные вещества	Минеральные вещества	Минеральные вещества	Минеральные вещества
		е веществ	е веществ	е веществ		ны (мг)	ны (мг)	ны (мг)	ны (мг)	льные веществ	льные веществ	льные веществ	льные веществ
		а (г)	а (г)	а (г)		В1	А	С	Е	а мг	а мг	а мг	а мг
Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие
ИТОГО ЗА 5 дней	345,45	146,97	141,55	822,1	5 150,04	4,86	0,66	268,57	10,74	8 857,57	8 955,66	1 688,75	46,84
В среднем в день:	69,09	29,39	28,31	164,42	1 030,01	0,97	0,13	53,71	2,15	1 771,51	1 791,13	337,75	9,37

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