

Согласовано
Руководитель образовательного учреждения

Разработано и утверждено
Руководитель ООО "Алк. Инвест"
Размещено Р.Р.

Примерное недельное меню

Для организации бесплатного горячего питания (горячие завтраки) для обучающихся начальных классов (7-11 лет)
общеобразовательных организаций Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан

Исполнитель
Директор ООО
А.А. А.А.А.
А.А.А.

Двухнедельное меню для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска на осенне-зимний период 2021-2022 года

1 - я неделя

№ Сведения рецептур	Наименование продуктов	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угле-ды	Калл	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ПОНЕДЕЛЬНИК															
14/2017	Горячий завтрак (младшие)														
2271/2017	Масло сливочное (пюриками)	10		0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0,11	2,4	3	0	0,02
202/2017	Котлеты "Домашние" из говядины	90		10,55	8,36	5,99	167,97	0,06	2,16	3,24	1,55	10,51	128,27	27,66	2,02
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3		6,83	2,93	38,29	206,96	0,07	0,00	11,98	0,97	13,86	45,54	10,26	1,01
ТТК № 310 от 25.12.2019г	Напиток из апельсинов (75С)	200		0,45	0,10	23,99	101,20	0,02	12,00	0,00	0,10	23,02	11,50	7,63	0,24
Хлеб пшеничный															
		30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Всего:		513,00	66,01	20,19	18,88	83,16	612,63	0,19	14,16	55,22	3,06	55,79	207,81	49,75	3,62

Хлеб пшеничный
рецептурный
ТТК № 310 от 25.12.2019г

ВТОРНИК

Горячий завтрак (младшие)

№15 Сбор.рей. На проезд для обуч. Во всех образоват.-лечеб. 2017	Сыр	10	2,63	2,66	0,00	34,33	0,00	0,07	21,00	0,04	100,00	60,00	5,50	0,07
ТТК МБОУ лиц. приобщения от 25.12.2018	Котлеты Элюровые	90	8,25	8,54	14,820	175,63	0,079	0,68	58,65	1,017	23,956	169,500	25,651	2,147
№ 303 Сбор.рей. На проезд для обуч. Во всех образоват.-лечеб. 2017	Каша вязкая гречневая	150	4,56	4,55	26,35	153,72	0,12	0,00	0,00	0,34	8,44	108,78	71,97	2,42
№ 379 Сбор.рей. На проезд для обуч. Во всех образоват.-лечеб. 2017	Кофейный напиток с молоком	200	3,166	2,678	15,946	101	0,044	1,300	20,000	0,000	125,780	90,000	14,000	0,134
Указ состав и наименование российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012. Лист +	Хлеб пшеничный/дарицкий	30/20	3,60	0,48	22,68	110,10	0,06	0,00	0,00	0,61	11,80	49,50	13,60	1,11

СРЕДА
Горичний завітрак (младше)

Хим.состав и калорийность расчетных продуктов питания табл.7 стр.152, 2012 Киев + МЗУ) Стор.рел. На про-гно-но для ебруч. На вес обрах./у-реш./Киев 2017	Зеленый горошек к/с (доп.г/гринир)	60	1,856	0,120	3,892	24	0,066	5,988	0,000	0,1198	11,976	37,126	12,575	0,419
	Плов с куриными грудками	50/150												
	Чай с сахаром	190/10	11,280	15,840	32,380	333,62	0,080	3,360	10	4,960	30,110	160,430	50,690	10,800
Хим.состав и калорийность расчетных продуктов питания табл.6 стр.154, 2012 Киев +	Хлеб пшеничный/ дарицкий	20/20	0,07	0,02	10,01	40,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,95	2,80	1,40	0,27
			2,84	0,40	17,76	86,60	0,06	0,00	0,00	0,50	9,80	43,00	12,20	1,00
	Итого:	500	66,01	16,05	16,38	64,04	484,17	0,20	9,38	10,00	5,58	62,84	243,36	76,86

ЧЕТВЕРТ
Горный завтрак (младшие)

Хлеб состоит из ингредиентов: росейских продуктов питания табл. 9 стр. 184, 2012 /Кам +	Пшеница и ячмень (пшеница)	100	0,900	0,200	8,100	43	0,040	60,000	0,200	34,000	23,000	13,000	0,300	
тип №120, акт проверки от 09.06.2018 №128 Стор.рел. Из проекта для обор. Во всех документах 2017	Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90	8,71	10,30	17,714	184,30	0,063	1,79	14,38	1,411	16,804	130,714	16,902	1,786
	Картофельное пюре с маслом	150/3	2,22	4,34	18,82	151,76	0,15	18,69	34,48	0,21	42,66	90,03	28,77	1,070988
№ 382/2017	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48
Хлеб состоит из ингредиентов: росейских продуктов питания табл. 6 стр. 184, 2012 /Кам +	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:	573	66,01	18,62	76,97	568,16	0,34	82,06	73,26	2,15	251,68	387,80	84,21	3,96

ПЯТИНИЦА

ТТК №301

Горячий завтрак (младшие)

№ 290 Сборщик. На провоз для

обор. Из всех образцов - 1 шт. - 2017

Птица тушенная в сметанно- томатном соусе

20/2017

Салатчики отварные

60,00 1,55 7,03 16,26 160,10 0,27 0,63 2,08 68,85 204,79 72,12 2,96

№ 377 Сборщик. На провоз для
обор. Из всех образцов - 1 шт. - 2015

Чай с сахаром и лимоном

185/10/5

Хлеб пшеничный

30

Итого:

540,00 66,01 18,31 19,58 79,61 583,46 0,40 4,14 30,10 3,70 130,16 344,85 103,45 5,17

СУББОТА

Горячий завтрак (младшие)

338/2017

№ 268 Сбор.реш. На прог.но для
обуч. Во всех образов.учрежд.России
2017

Котлеты из говядины

№303/2017

Akr 2012

Напиток из замороженных ягод (красная смородина)

Хлеб пшеничный

Хлеб пшеничный

Итого:

573

66,01

20,08

20.28

82-30

844

50.00

11 09

11

•

1

ООО "АБК-Прэімент"

Двухнедельное меню для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска на осенне-зимний период 2021-2022 года

2 - я неделя

№ Сборник рецептов	Наименование продуктов	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угле-ды	Калл	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
293/2017	ПОНЕДЕЛЬНИК														
	Горячий завтрак (младшие)														
	Курица запеченная	100		10,01	9,02	0,00	195,40	0,06	1,36	53,60	0,84	43,50	228,40	24,64	1,08
	№ 171 Сбор рецептур. На- проектно для обуч. Во- всех образовательных Детей 2017														
№ 379 Сбор рецептур. На- проектно для обуч. Во- всех образовательных Детей 2017	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3		3,09	8,55	46,75	210,70	0,03	0,00	12,03	0,17	20,36	80,28	27,89	0,58
	Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	10,95	100,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,78	90,00	14,00	0,13
	Хим. состав и калорийность продуктов питания табл. 6 стр 134, 2012														
	Хлеб пшеничный/дарницкий	30/20		3,60	0,48	22,68	110,10	0,06	0,00	0,00	0,61	11,80	49,50	13,60	1,11
Итого:		503	66,01	19,87	20,73	80,38	616,80	0,20	2,66	85,63	1,62	201,44	448,18	80,13	2,90

ВТОРНИК

Горячий завтрак (младшие)

№ 234 Сбор рещ.
Дешн +2017

Быточки рыбные

90

7,01

8,02

11,21

157,20

0,05

0,29

4,68

4,52

39,13

147,33

34,43

1,30

Макаронные изделия отварные

150

3,80

5,62

17,50

156,00

0,06

0,00

0,00

0,78

10,95

37,20

8,55

0,84

Чай с молоком,с сахаром

160/30/10

0,940

0,850

9,950

50

0,032

1,070

6,000

0,000

102,450

74,800

12,600

0,375

Хлеб пшеничный

30

2,28

0,24

19,73

70,36

0,03

0,00

0,00

0,33

5,99

19,46

4,19

0,33

Хлеб дарницкий

30

1,98

0,36

11,88

59,40

0,05

0,00

0,00

0,42

8,70

45,00

14,10

1,17

Итого:

500

66,01

16,01

15,09

70,27

493,16

0,23

1,36

10,68

6,05

167,22

323,79

73,88

4,01

СРЕДА
Горячий завтрак (младшие)

№15 Огор. рол. На прод-но для общ-в. Во всех общ-х учрежде- ниях Дети 2017	Сыр	10	2,63	2,66	0,00	34,33	0,00	0,07	21,00	0,04	100,00	60,00	5,50	0,07	
К №798 АП от 30.11.2017 № 173/2017 №376/2017	Виточки "Пожарские" из птицы	90	8,67	8,71	12,74	159,57	0,08	3,96	46,90	0,95	36,07	114,00	30,71	1,29	
	Каша гречневая вязкая	180	5,84	7,83	35,03	230,58	0,17	0,00	0,00	0,51	12,66	163,22	107,99	3,63	
	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	19,01	40	0	0,03	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265	
Хим состав и калорийность продуктов российских производств питания табл 6 стр 134, 2012 Дети +	Хлеб пшеничный/сельский	20/20	2,84	0,40	17,76	106,60	0,06	0,00	0,00	0,50	9,80	43,00	12,20	1,00	
	Итого:	520	66,01	20,05	19,62	84,54	571,08	0,31	4,06	67,90	2,00	169,48	383,02	107,00	6,26

ПИТНИЦА

Горячий завтрак (младшие)

№ 1 СБ Дзем 2017	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,36	7,49	14,89	136	0,034	40	0,44	8,4	22,5	4,2	0,35
279/2017,366/2016	Ежкии масяные с рисом в соусе томатном	60/40	6,04	12,69	10,140	158,65	0,046	25,70	0,407	15,382	77,346	16,213	0,672
199/2017	Гороховое пюре с маслом сливочным	150/3	8,05	1,92	41,97	225,30	0,59	0,00	0,59	112,69	254,49	74,03	5,63
Авг 2021	Фруктовый чай	200	0,22	0,02	8,05	32,72	0,00	0,63	0,03	12,90	4,90	2,60	0,67
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 . 2012													
Дзем +	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	7,92	39,6	0,034	0	0,28	5,8	30	9,4	0,78
	Итого:	513	18,39	20,36	82,97	592,27	0,71	1,32	85,70	1,75	155,17	389,24	106,45
													8,10

СУББОТА

Горячий завтрак (младшие)

15/2017	Сыр (порциими)	10	2,63	2,66	0,00	34,33	0,00	0,07	21,00	0,04	100,00	60,00	5,50	0,07
ТТК акт проведени от 25.12.2019	Гулиш из куриной грудки	50/50	8,34	8,83	3,40	194,39	0,08	3,97	28,40	3,20	17,17	122,75	18,27	1,14
№ 171/2017	Каша полбяная расемчатая	150	6,46	6,55	42,20	214,00	0,13	0,00	0,00	0,75	33,69	153,47	36,66	2,63
№376/2017	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
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 . 2012														
Дзем +	Хлеб сельский/ белый	20/20	2,5	0,75	24,8	79	0,04	4,07	49,40	0,35	7,61	29,86	7,96	0,45
	Итого:	500	20,00	18,81	80,41	561,72	0,25	4,07	49,40	4,34	169,42	368,88	69,79	4,55

