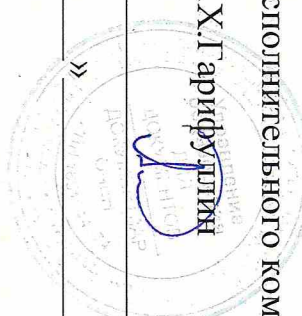


«СОГЛАСОВАНО»

« » 2023 г

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления образования
Исполнительного комитета НМР РТ
А.Х.Г арифудин

« » 2023 г

«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор
ООО «АБК-Пэймент»
Д.Х.Шакирянова

« » 2023 г

ООО «АБК-Пэймент»

**Примерное цикличное меню горячего завтрака для учащихся младших классов (с 7 до 11 лет)
общеобразовательных организаций г. Нижнекамска и Нижнекамского района РТ**

ООО "АБК-Паймент"

Духовительное меню для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска и Нижнекамского района

1 - яя неделя

Наименование продуктов
ПОНЕДЕЛЬНИК**Горячий завтрак (младшие)**

Яйцо вареное

Котлеты Домашние с гречкой

Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом

сливочным

Чай с сахаром

Хлеб ржаной

Всего: 503 80,66 20,16 18,88 83,87 558,70 0,18 1,82 126,38 2,73 67,40 278,38 41,12 4,68Химическая и калорийность
россиянских продуктов питания
табл.6 стр.134, 2012. Девин +**ВТОРНИК****Горячий завтрак (младшие)**

Быточки куриные Солнышко

Капша пшеничная вязкая с маслом сливочным

Кофейный напиток с молоком

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Всего: 503 80,66 20,14 19,19 85,49 600,45 0,27 15,56 71,25 1,65 229,79 465,89 102,06 6,14Химическая и калорийность
россиянских продуктов питания
табл.6 стр.134, 2012. Девин +**СРЕДА****Горячий завтрак (младшие)**

Фрукты (яблоки)

Плов из куриной грудки(50/150)

Чай с сахаром и лимоном

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Итого: 540 80,66 18,79 18,78 86,99 558,12 0,24 19,59 16,95 1,10 67,06 230,40 79,21 5,17Химическая и калорийность
россиянских продуктов питания
табл.6 стр.134, 2012. Девин +Химическая и калорийность
россиянских продуктов питания
табл.6 стр.134, 2012. Девин +**ЧЕТВЕРГ****Горячий завтрак (младшие)**

Пельмени отварные с маслом сливочным

Капустя квашеная (овст гарнир)

Напиток из урюка

Хлеб пшеничный

Всего: 20 1,52 0,16 22,14 47,00 0,02 0,00 0,00 0,22 4,00 13,00 2,80 0,22Химическая и калорийность
россиянских продуктов питания
табл.6 стр.134, 2012. Девин +

Выход

Стоимость,руб

Белки

Жиры

Угл-ды

Калл

B1

C

A

E

Ca

P

Mg

Fe

№309/2017г

стр.757 от 23.11.20г

№303/2017г

№376/2017г

Химическая и калорийность
россиянских продуктов питания
табл.6 стр.134, 2012. Девин +

стр.№130 от 23.12.2018г

№302/2017г

№379/2017г

Химическая и калорийность
россиянских продуктов питания
табл.6 стр.134, 2012. Девин +Химическая и калорийность
россиянских продуктов питания
табл.6 стр.134, 2012. Девин +

сб.ред. стр.186, таб.9/2012г.

№291/2017г

№377/2015

Химическая и калорийность
россиянских продуктов питания
табл.6 стр.134, 2012. Девин +Химическая и калорийность
россиянских продуктов питания
табл.6 стр.134, 2012. Девин +

№309/2017г

стр.№294 от 23.12.20г

№386/2017

Хим состав и калорийность, расчётных продуктов питания
табл 6 стр 134, 2012. Дени +

Хлеб ржаной

30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
500	80,66	19,05	82,99	592,22	0,30	10,91	43,01	10,82	106,01	275,54	88,12	3,84

ПЯТНИЦА

Горячий завтрак (младшие)

Фрукты (яблоко)

об. рел. Стр.186, таб 9/2012г
таб № 761 стр 211.2г

Сырники из творога со сгущённым молоком

Чай с сахаром

200

0,07

0,02

8,00

32,00

0,00

0,03

0,00

0,00

10,89

2,80

1,40

0,25

Хлеб пшеничный

20

1,52

0,16

22,14

47,00

0,02

0,00

0,00

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

Хим состав и калорийность, расчётных продуктов питания
табл 6 стр 134, 2012. Дени +

Хлеб ржаной

30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17	
500	80,66	19,52	19,29	87,85	584,33	2,37	65,58	78,88	6,51	468,61	514,64	79,13	5,14

СУБВОТА

Горячий завтрак (младшие)

Печенье

стр 134-таб 6. Дени + 2012
таб № 762 стр 211.2г

Запеканка картофельная с птицей

Напиток из сухофруктов

200

0,70

0,10

22,03

92,90

0,02

0,73

0,00

0,10

32,48

23,44

17,46

0,70

Хлеб пшеничный

40

3,04

0,32

19,68

94,00

0,04

0,00

0,44

8,00

26,00

5,60

0,44

Хим состав и калорийность, расчётных продуктов питания
табл 6 стр 134, 2012. Дени +

Хлеб ржаной

40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,06	0,00	0,00	0,56	11,72	60,00	18,80	1,56	
500	80,66	19,92	18,92	80,48	564,48	0,50	6,87	0,00	7,54	118,23	513,56	62,56	4,70

Всего за 6 дней:	3046	118,67	114,11	507,67	3458,30	3,86	120,33	336,47	30,35	1057,10	2278,41	452,20	29,67
В среднем на 1 участника:	508	19,78	19,02	84,61	576,38	0,64	20,06	56,08	5,06	176,18	379,74	75,37	4,95

ООО "АБК-Праймент"

Дневное меню для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска и Нижнекамского района

2 - я неделя		Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ПОНЕДЕЛЬНИК															
Горячий завтрак (младшие)															
№1/2017г	Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00	0,03	0,00	40,00	0,44	8,40	22,50	4,20	0,35
№23/2017г	Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	170,2	0,05	0,29	4,68	4,52	39,13	147,33	34,13	1,30
№20/2017г	Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
№ 376/2017г	Чай с сахаром , с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68	0,01	1,02	0,00	0,00	12,89	4,13	2,49	0,53
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 . 2012. Ден +		20		1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
	Итого:	503	80,66	20,15	19,65	79,95	558,58	0,18	1,31	56,68	6,04	78,13	242,03	58,84	3,82
ВТОРНИК															
Горячий завтрак (младшие)															
ед.реш. Стр 186, таб 9/2012г.	Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
тек №235 от 25.12.2019г.	Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		17,01	18,47	41,76	473,54	0,33	52,13	29,10	3,02	57,91	230,93	81,56	3,38
№376/2017г.	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 . 2012. Ден +		20		1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 . 2012. Ден +		20		1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
	Итого:	540	80,66	19,92	18,89	79,82	592,14	0,38	52,16	29,10	3,52	78,60	276,73	95,16	4,63
СРЕДА															
Горячий завтрак (младшие)															
тек №294 от 25.12.2019г	Котлеты Здоровые из куриных грудок	90		11,20	10,96	24,82	229,63	0,08	0,68	58,65	1,02	23,96	169,50	25,65	2,15
№20/2017г.	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/3		4,60	7,19	20,56	165,30	0,12	0,00	12,00	0,37	9,17	109,77	72,03	2,43
№ 377 / 2015	Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 . 2012. Ден +		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
	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
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 . 2012. Ден +		30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	Итого:	503	80,66	20,19	18,77	80,22	558,85	0,28	3,51	70,65	2,15	61,97	348,17	118,38	6,42

ЧЕТВЕРГ
Горячий завтрак (младшие)

таб.6 стр.136(всего питания 2012		Панники	35	2,10	2,10	9,20	89,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
т.т. № 754 стр.21.11.2г		Тертые мясные с теркунесом	90	11,56	11,01	7,86	159,59	0,04	0,25	26,66	0,38	18,65	72,18	13,97	0,58				
№12/2017г		Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3	3,09	6,98	12,48	157,55	0,14	18,16	12,00	0,21	37,70	87,50	27,75	1,02				
№35/2017г		Кисель	200	0,60	0,10	20,20	123,60	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37				
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Дани +		Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22				
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Дани +		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78				
		Итого:	518	80,66	20,19	79,80	616,84	0,23	19,51	38,66	1,09	81,85	219,00	57,28	2,97				

ПЯТНИЦА

об.реш. Спр.186, таб.9/2012г.		Горячий завтрак (младшие)																	
т.т.		Фрукты (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20				
№10/2017г.		Гуляш из куриной грудки(50/50)	100	8,64	9,83	13,40	209,39	0,08	3,97	28,40	3,20	17,17	122,75	18,27	1,14				
№3/2/2017г.		Каша пшеничная вязкая	150	4,18	5,01	23,94	157,5	0,11	0	0,00	0,16	10,97	85,47	29,9	0,98				
№3/2/2017г.		Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43				
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Дани +		Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22				
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Дани +		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78				
		Итого:	590	80,66	20,14	19,18	79,81	0,33	15,56	52,80	4,06	205,71	386,78	90,71	5,75				

СУББОТА

№39/2017г.		Горячий завтрак (младшие)																	
№19/2017г.		Котлета рубленая из куриной грудки	90	9,70	11,63	14,99	209,80	0,09	0,94	46,26	2,52	47,83	85,09	18,72	1,26				
№3/6/2017г.		Пюре гороховое с маслом сливочным	150/3	6,09	8,26	30,06	244,95	0,28	2,70	42,00	0,65	173,33	199,92	73,52	4,50				
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Дани +		Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25				
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Дани +		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				
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл.6 стр.134, 2012. Дани +		Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17				
		Итого:	503	80,66	20,12	20,51	79,69	0,45	3,67	88,26	3,92	246,84	352,31	111,94	7,51				

Всего за 6 дней: 3157 120,71 117,59 479,29 3502,15 1,85 95,72 336,15 20,78 753,10 1825,02 533,31 31,10
В среднем на 1 учащегося: 526 20,12 19,60 79,88 583,69 0,31 15,95 56,03 3,46 125,52 304,17 88,72 5,18

«СОГЛАСОВАНО»

«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДЕНО»

Начальник управления образования

Региональный директор

Исполнительного комитета НМР РТ

ООО «АБК-Пэймент»

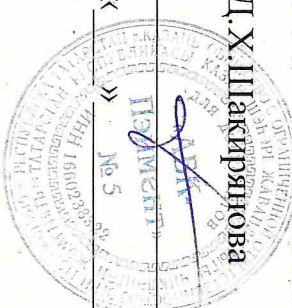
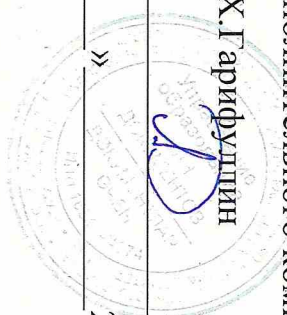
А.Х.Г арифуддин

Д.Х.Шакирянова

« » 2023 г

« » 2023 г

« » № 5 2023 г



ООО «АБК-Пэймент»

Примерное циклическое 2-х разовое меню для учащихся младших классов (с 7 до 11 лет) общеобразовательных организаций г. Нижнекамска и Нижнекамского района РТ

1 - за неделю		Выход	Стоимость,руб.	Белки	Жиры	Угле-ды	Калл	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Наименование продуктов															
ПОНЕДЕЛЬНИК															
Завтрак (младшие)															
ср 134 таб.б. Девч + 2012,	Печенье	40	2,96	3,76	10,84	124,28	0,06	0,00	0,00	0,00	1,85	13,00	42,00	5,70	0,70
№1752017г.	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5	6,44	9,16	15,23	141,12	0,07	0,64	29,93	0,10	89,05	104,60	24,96	0,54	
№1762017г.	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
ср 134 таб.б. Девч + 2012	Батон нарезной	75	5,60	2,16	35,36	195,52	0,08	0,00	0,00	0,00	1,27	14,18	48,51	9,70	0,90
	Итого:	500	15,07	15,10	69,43	492,92	0,21	0,67	29,93	3,22	127,12	197,91	41,76	2,39	
№182017г.	Обед (младшие)														
ср 134 таб.б. Девч + 2012	Ци из св. капусты с картофелем, со сметаной	200/5	7,54	11,91	6,50	153,90	0,05	12,64	5,00	1,90	43,80	42,25	18,15	0,67	
№1752017г.	Котлеты Домашние с гречкой	90	8,01	11,14	35,71	248,00	0,06	1,79	14,38	1,41	16,80	130,71	16,90	1,79	
№1802017г.	Макaronные изделия (рожики) отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,88	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86	
ср 134 таб.б. Девч + 2012	Напиток из сухофруктов	200	0,70	0,10	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46	0,70	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл.б. ср 134, 2012. Девч +	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28	
	Итого:	703	25,81	26,59	120,38	789,05	0,27	15,16	31,38	4,91	118,78	295,72	78,73	5,47	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл.б. ср 134, 2012. Девч +	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17	
	Всего:	1203	40,88	41,69	189,81	1281,97	0,48	15,83	61,31	8,13	245,90	493,63	120,49	7,86	
ВТОРНИК															
Завтрак (младшие)															
ср 134 таб.б. Девч + 2012	Булочка слоеная	50	7,05	9,30	16,80	209,00	0,04	0,11	51,50	0,45	157,20	111,00	12,45	0,45	
№1722017г.	Каша гречневая молочная вязкая	200	5,92	5,59	35,42	206,46	0,06	0,96	14,80	0,13	128,27	154,44	36,46	0,58	
№ 3792017г.	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,10	0,04	1,30	20,00	0,00	125,78	90,00	14,00	0,13	
ср 134 таб.б. Девч + 2012	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	
	Итого:	500	19,89	19,02	87,90	606,56	0,20	2,37	86,30	1,43	420,75	387,94	69,41	1,76	
№ 962017г.	Обед (младшие)														
ср 134 таб.б. Девч + 2012	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	5,94	6,82	12,56	93,90	0,08	6,72	5,00	1,90	27,72	48,43	19,79	0,75	
ср 134 таб.б. Девч + 2012	Биточки куриные Солнышко	90	6,01	11,53	12,88	183,45	0,02	14,26	31,25	0,09	54,33	156,42	33,10	1,87	
№ 3022017г.	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	150/3	6,70	4,38	35,99	227,00	0,13	0,00	20,00	0,81	34,89	154,97	36,66	2,64	
ср 134 таб.б. Девч + 2012	Напиток из яблок и изюма	200	0,20	0,10	19,82	68,12	0,01	0,73	0,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл.б. ср 134, 2012. Девч +	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл.б. ср 134, 2012. Девч +	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17	
	Итого:	703	22,73	23,39	105,43	690,62	0,32	21,71	56,25	3,50	144,73	430,01	112,73	6,85	
	Всего:	1203	42,27	42,41	193,33	1297,18	0,52	24,08	142,55	4,93	565,48	817,95	182,14	8,61	
СРЕДА															
Завтрак (младшие)															
ср 134 таб.б. Девч + 2012	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	
№1722017г.	Каша пшеничная молочная	150	10,60	13,52	23,68	236,00	0,11	0,67	22,37	0,09	78,92	105,42	27,43	0,50	
№ 377 / 2015	Чай с сахаром и лимоном	187/8/5	0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34	

стр 134 таб.6 Ден + 2012	Батон нарезной.	Итого:	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
			503	14,88	15,39	67,38	448,02	0,20	13,50	22,37	1,15	118,47	153,32	45,33	3,64
М-120/17г	Обед (младшие)		200	4,35	4,83	29,30	92,40	0,04	0,40	10,00	2,06	22,84	30,80	8,54	0,52
М-20/2017г	Суп - лапша домашняя с картофелем		200	15,42	17,96	38,93	390,50	0,16	6,76	16,95	0,39	27,21	172,00	55,61	1,63
стр М-6/5 от 13.11.20г	Плов из куриной грудки(50/150)		40	1,09	2,87	5,82	53,52	0,02	1,87	0,00	5,92	36,37	22,32	7,24	0,30
стр М-358 от 23.11.21г	Икра кабачково-яблочная(сметана)		200	0,60	0,10	20,20	123,60	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37
Хим.осветл и витаминиз. российских продуктов питания таб.6 стр 134, 2012 Ден +	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
Хим.осветл и витаминиз. российских продуктов питания таб.6 стр 134, 2012 Ден +	Хлеб ржаной	Итого:	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
		Всего:	700	25,72	26,36	120,89	789,92	0,30	10,13	26,95	9,12	116,91	305,94	93,05	4,32
	ЧЕТВЕРГ		1203	40,60	41,75	188,27	1237,94	0,50	23,63	49,32	10,27	235,38	459,26	138,38	7,96
М-120/17г	Завтрак (младшие)		50	6,27	7,86	14,83	155,00	0,04	0,11	51,50	0,45	157,20	111,00	12,45	0,45
М-1720/17г	Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)		180/5	4,99	7,40	28,81	206,30	0,16	0,86	33,52	133,70	210,28	63,74	1,55	0,60
М-302/2017г	Какао с молоком		200	4,08	3,54	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43
-стр 134 таб.6 Ден + 2012	Батон нарезной	Итого:	65	4,87	1,88	33,41	170,30	0,08	0,00	0,00	1,11	12,35	42,25	8,45	0,78
			500	20,21	20,68	79,66	590,20	0,34	2,56	109,42	135,26	531,60	341,55	43,79	2,26
М-42/2017г	Обед (младшие)		250	2,80	6,92	16,93	133,75	0,05	10,68	0,00	2,40	49,73	54,60	26,13	1,23
М-392/2017г	Борщ из свежей капусты с картофелем		195/5	15,04	15,97	28,80	374,45	0,20	0,41	43,01	1,65	33,88	177,84	45,06	1,64
М-318/2017	Пельмени отварные с маслом сливочным		200	0,75	0,06	15,95	68,52	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48
Хим.осветл и витаминиз. российских продуктов питания таб.6 стр 134, 2012 Ден +	Напиток из урюка		20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хим.осветл и витаминиз. российских продуктов питания таб.6 стр 134, 2012 Ден +	Хлеб пшеничный		30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	Хлеб ржаной	Итого:	700	22,09	23,47	95,70	683,12	0,34	11,69	43,01	5,52	129,62	313,24	106,25	4,74
		Всего:	1200	42,30	44,15	175,36	1273,32	0,68	14,25	152,43	140,78	661,22	654,79	150,04	7,00
ПЯТНИЦА															
Завтрак (младшие)			100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Фрукты (яблоки)			120/30	15,55	18,35	36,06	398,93	2,27	55,55	78,88	5,67	428,93	442,84	51,83	1,30
Стр № 761 от 23.11.23г	Сырники из творога со стухшим молоком		200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
М-370/2017г	Чай с сахаром		50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
стр 134 таб.6 Ден + 2012	Батон нарезной	Итого:	500	19,77	20,22	79,56	608,93	2,36	65,58	78,88	6,72	465,32	489,14	68,73	4,35
М-102/2017г	Обед (младшие)		200	4,35	5,22	26,53	218,60	0,18	4,66	0,00	1,94	34,14	70,48	28,46	1,64
М-250/2017г	Суп картофельный с горохом		50/50	11,65	11,66	3,51	166,00	0,04	0,68	30,10	0,50	30,32	79,00	16,19	0,70
М-303/2017г	Птица тушенная в сметанно- томатном соусе		150	4,58	5,01	20,52	145,50	0,12	0,00	0,00	0,34	8,45	108,87	72,03	2,42
М-422/2017г	Капша преченная вязкая		200	0,16	0,16	10,91	46,60	0,00	0,00	0,00	0,00	13,67	0,00	0,00	0,90
Хим.осветл и витаминиз. российских продуктов питания таб.6 стр 134, 2012 Ден +	Компот из свежих яблок		20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хим.осветл и витаминиз. российских продуктов питания таб.6 стр 134, 2012 Ден +	Хлеб пшеничный		30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	Хлеб ржаной	Итого:	700	24,24	22,57	95,49	683,10	0,41	5,34	30,10	3,42	99,37	316,35	133,58	7,05
		Всего:	1200	44,01	42,79	175,05	1292,03	2,77	70,92	108,98	10,14	564,69	805,49	202,31	11,40
Всего за 5 дней:			6009	210,06	212,79	921,82	6382,44	4,95	148,71	514,59	174,25	2272,67	3231,12	793,36	42,83
В среднем на 1 учащегося:			1202	42,01	42,56	184,36	1276,49	0,99	29,74	102,92	34,85	454,53	646,22	158,67	8,57

Дополнительное меню 2-х разового питания для учащихся младших классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска

2-ая неделя		Выход	Средн-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Наименование продуктов															
ПОНЕДЕЛЬНИК															
Завтрак (младшие)															
ср 14, таб 6, лист *2012	Печенье	40		2,96	3,76	10,84	124,28	0,06	0,00	0,00	1,85	13,00	42,00	5,70	0,70
М173001г.	Каша пшеничная молочная	200		8,56	9,80	19,49	174,46	0,14	0,96	14,80	0,67	144,37	218,30	44,33	2,32
М173001г.	Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68	0,01	1,02	0,00	0,00	12,89	4,13	2,49	0,53
М162001г.	Батон нарезной	60		4,50	1,74	30,84	157,20	0,07	0,00	0,00	1,02	11,40	39,00	7,80	0,72
М162001г.	Батон нарезной	500		16,13	15,36	70,14	492,62	0,28	1,98	14,80	3,54	181,66	303,43	60,32	4,27
	Итого:														
Обед (младшие)															
М162001г.	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5		1,57	10,69	8,93	113,10	0,04	8,56	5,00	1,94	44,18	46,73	21,35	0,99
М214001г.	Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	170,2	0,05	0,29	4,68	4,52	39,13	147,33	34,13	1,30
М213001г.	Макаронные изделия (рожки) отваренные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
М209201г.	Сок фруктовый (нектар плодовых)	200		1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
М209201г.	Сок фруктовый (нектар плодовых)	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
М209201г.	Хлеб пшеничный	25		1,65	0,30	9,90	49,50	0,03	0,00	0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
М209201г.	Хлеб ржаной	703	119,71	22,86	23,09	101,96	664,20	0,23	12,85	21,68	8,22	119,97	281,88	79,55	6,58
	Итого:	1203		38,99	38,45	172,10	1156,82	0,50	14,83	36,48	11,76	301,63	585,31	139,87	10,85
ВТОРНИК															
Завтрак (младшие)															
М209201г.	Яйцо вареное	40		5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
М173001г.	Каша геркулесовая молочная	200		6,29	10,15	30,6	241,26	0,2	0,96	54,8	0,56	156,75	258,36	70,75	1,97
М209201г.	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
М162001г.	Батон нарезной	60		4,50	1,74	30,84	157,20	0,06	0,00	0,00	1,02	11,40	39,00	7,80	0,72
М162001г.	Батон нарезной	500		15,04	16,51	69,68	493,46	0,29	0,99	154,80	1,82	201,04	376,96	84,75	3,94
	Итого:														
Обед (младшие)															
М162001г.	Рисовый суп Ленинградский со сметаной	200/5		5,94	6,82	24,56	94,90	0,08	6,72	5,00	1,90	27,72	48,43	19,79	0,75
М162001г.	Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		17,01	18,47	41,76	473,54	0,33	52,13	29,10	3,02	57,91	230,93	81,56	3,38
М162001г.	Капуста квашенная (замоченная)	45		0,77	2,25	3,79	38,56	0,01	8,91	0,00	6,93	23,50	15,21	7,20	0,28
М162001г.	Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12	0,01	0,73	0,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14
М162001г.	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
М162001г.	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
М162001г.	Хлеб ржаной	700	119,71	27,42	28,16	111,65	781,52	0,50	68,49	34,10	12,49	135,92	361,51	131,03	5,94
	Итого:	1200		43,36	44,67	181,33	1274,98	0,78	69,48	188,90	14,31	336,96	738,47	215,78	9,88
СРЕДА															
Завтрак (младшие)															
М173001г.	Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
М173001г.	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5		11,26	14,01	23,68	247,80	0,11	0,67	22,37	0,09	78,92	105,42	27,43	0,50
М177/201г.	Чай с сахаром и лимоник	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34

сп 134 таб 6 Дев - 2012	Битон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,05	0,00	0,00	0,77	8,55	29,25	5,85	0,54
	Итого:	500	15,17	15,74	64,81	446,72	0,19	13,50	22,37	1,07	117,52	150,07	44,68	3,58
МН192017г.	Обед (мг/данные)	200/5	7,24	7,96	30,41	250,82	0,25	0,00	0,00	3,60	41,62	143,70	31,20	2,72
таб 6 от 25 12 201г.	Суп гороховый с грибами	90	11,20	10,96	24,82	229,63	0,08	0,68	58,65	1,02	23,96	169,50	25,65	2,15
МН03 2017г.	Котлеты. Зюровые из куриных грудок	150/3	4,60	7,19	20,56	165,30	0,12	0,00	12,00	0,37	9,17	109,77	72,03	2,43
таб 6 от 25 12 201г.	Каши гречневая вязкая с маслом сливочным	200	0,70	0,10	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46	0,70
МН03 от 25 12 201г.	Напиток из сухофруктов	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
МН03 от 25 12 201г.	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
МН03 от 25 12 201г.	Хлеб ржаной	703	27,62	26,77	122,00	856,80	0,55	1,41	70,65	5,79	121,02	507,66	163,94	9,45
Итого:		1203	42,79	42,51	186,81	1303,52	0,74	14,91	93,02	6,86	238,54	657,73	208,62	13,03
ЧЕТВЕРТ														
МН12017г.	Завтрак (мг/данные)	35	2,10	2,10	9,20	89,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб 6 от 18 Дев - 2012	Пиринки	200	7,95	11,84	19,01	201,46	0,09	0,96	14,80	0,30	136,07	150,61	31,61	1,66
МН12017г.	Каши кукурузная молочная	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
сп 134 таб 6 Дев - 2012	Чай с сахаром	65	4,87	1,88	33,41	170,30	0,08	0,00	0,00	1,11	12,35	42,25	8,45	0,78
МН12017г.	Битон нарезной	500	14,99	15,84	69,62	493,26	0,17	0,99	14,80	1,41	159,31	195,66	41,46	2,69
Итого:		200	4,54	5,41	28,50	153,90	0,05	12,64	5,00	1,90	43,80	42,25	18,15	0,67
МН12017г.	Обед (мг/данные)	90	11,56	11,01	7,86	159,59	0,04	0,25	26,66	0,38	18,65	72,18	13,97	0,58
таб 6 от 23 12 201г.	Щи из св. капусты с картофелем	150/3	3,09	6,98	12,48	157,55	0,14	18,16	12,00	0,21	37,70	87,50	27,75	1,02
МН12017г.	Пюре картофельное с маслом сливочным	200	0,60	0,10	20,20	123,60	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37
сп 134 таб 6 Дев - 2012	Кисель	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
МН12017г.	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
Итого:		703	24,05	24,10	95,68	724,54	0,31	32,15	43,66	3,24	130,64	282,75	81,53	4,14
Итого:		1203	39,04	39,94	165,30	1217,80	0,48	33,14	58,46	4,65	289,95	478,41	122,99	6,83
ПЯТИЦА														
МН12017г.	Завтрак (мг/данные)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
таб 6 от 18 Дев - 2012	Фрукты (блоки)	150/3	6,61	9,83	21,12	211,89	0,05	0,51	41,18	0,29	86,41	127,46	19,01	0,46
МН12017г.	Каши ячневая молочная с маслом сливочным	200	4,08	3,54	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43
сп 134 таб 6 Дев - 2012	Какао с молоком	50	3,76	1,74	30,84	132,00	0,06	0,00	0,00	0,00	10,00	32,00	6,00	0,60
МН12017г.	Битон нарезной	503	14,85	15,51	64,37	449,49	0,20	12,10	65,88	0,49	264,18	295,02	55,35	3,69
Итого:		60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0	0	21,28	24,38	12,42	0,79
МН12017г.	Салат отварной (пикантно)	200	6,15	4,27	25,96	114,60	0,09	6,60	0,00	1,14	23,36	54,06	21,82	0,90
Итого:		200	6,15	4,27	25,96	114,60	0,09	6,60	0,00	1,14	23,36	54,06	21,82	0,90

[illegible]

«СОГЛАСОВАНО»

«__»__2023 г

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления образования
Исполнительного комитета НМР РТ

А.Х.Гарифуллин



«__»__2023 г

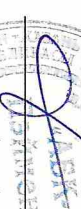


«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор

ООО «АБК-Пэймент»

Д.Х.Шакирянова



«__»__№ 5 2023 г



ООО «АБК-Пэймент»

Примерное циклическое меню для учащихся старших классов (с 12 лет и старше)
общеобразовательных организаций Нижнекамского района РТ

Двухнедельное меню для организации горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся старших классов (12лет и старше) школ Нижегородского района РТ

1 - я неделя

№Сквозняк рецептур	Наименование продуктов	Выход	Стоимость,руб	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
--------------------	------------------------	-------	---------------	-------	------	--------	------	----	---	---	---	----	---	----	----

ПОНЕДЕЛЬНИК

Горячий завтрак (старшие)

Котлеты Домашние с гречкой с томатным соусом

90/10	8,90	12,37	37,67	275,55	0,06	1,98	15,90	1,56	18,66	145,20	18,70	1,98
-------	------	-------	-------	--------	------	------	-------	------	-------	--------	-------	------

Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным

180	9,64	7,60	33,35	241,94	0,07	0,00	12,00	1,19	6,55	45,50	25,34	1,33
-----	------	------	-------	--------	------	------	-------	------	------	-------	-------	------

тк №37 от 23.11.20г

№019/2017г

Свежета отварная (ветчина) (ветчина) (ветчина)

30	0,42	1,8	2,48	27,84	0	1,99	0	0	10,64	12,19	6,21	0,39
----	------	-----	------	-------	---	------	---	---	-------	-------	------	------

Чай с сахаром

200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
-----	------	------	------	-------	------	------	------	------	-------	------	------	------

Хлеб пшеничный

20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
----	------	------	-------	-------	------	------	------	------	------	-------	------	------

Химическая и калорийность
продукции при учете питания
табл 6 стр 134, 2012. Денг +

Хлеб ржаной

20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
----	------	------	------	-------	------	------	------	------	------	-------	------	------

Всего:

550	63,50	21,87	22,19	100,53	663,93	0,18	4,00	27,90	3,25	56,54	248,69	63,85	4,95
-----	-------	-------	-------	--------	--------	------	------	-------	------	-------	--------	-------	------

ВТОРНИК

Горячий завтрак (старшие)

Быточки куриные Солнышко с соусом молочным

90/10	6,67	12,00	5,30	170,20	0,02	15,84	34,72	0,10	60,36	173,80	36,77	2,07
-------	------	-------	------	--------	------	-------	-------	------	-------	--------	-------	------

тк №30 от 25.12.2018г

№ 302/2017г

Каша пшеничная вязкая

180	5,70	5,75	24,59	180,87	0,13	0,00	0,00	0,83	19,49	122,04	25,92	2,04
-----	------	------	-------	--------	------	------	------	------	-------	--------	-------	------

Напиток из яблок и изюма

200	0,20	0,10	19,82	68,12	0,01	0,73	0,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14
-----	------	------	-------	-------	------	------	------	------	-------	------	------	------

Химическая и калорийность
продукции при учете питания
табл 6 стр 134, 2012. Денг +

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
----	------	------	-------	-------	------	------	------	------	------	-------	------	------

Хлеб ржаной

40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,03	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56
----	------	------	-------	-------	------	------	------	------	-------	-------	-------	------

Химическая и калорийность
продукции при учете питания
табл 6 стр 134, 2012. Денг +

Всего:

550	63,50	17,49	18,57	80,31	568,89	0,22	16,57	34,72	1,82	111,45	384,28	91,27	6,14
-----	-------	-------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	--------	--------	-------	------

СРЕДА

Горячий завтрак (старшие)

ед.рей. Спр.186, таб 9/2012г.

Фрукты (яблоки)

100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
-----	------	------	------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	------	------

Плов из куриной грудки(50/200)

250	19,57	22,45	60,06	521,12	0,18	6,85	17,10	0,50	28,10	181,00	55,90	1,80
-----	-------	-------	-------	--------	------	------	-------	------	-------	--------	-------	------

Чай с сахаром и лимоном

187/8/5	0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
---------	------	------	------	-------	------	------	------	------	-------	------	------	------

Хлеб пшеничный

20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
----	------	------	-------	-------	------	------	------	------	------	-------	------	------

Химическая и калорийность
продукции при учете питания
табл 6 стр 134, 2012. Денг +

Итого:

570	63,50	21,62	23,03	100,20	649,14	0,23	19,68	17,10	0,93	62,15	209,40	70,10	4,56
-----	-------	-------	-------	--------	--------	------	-------	-------	------	-------	--------	-------	------

ЧЕТВЕРГ

Горячий завтрак (старшие)

тк №47 от 01.01.2024г

Котлеты из говядины

100	5,70	8,80	18,46	175,70	0,02	19,81	0,00	15,40	52,24	33,95	16,01	0,67
-----	------	------	-------	--------	------	-------	------	-------	-------	-------	-------	------

Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным

180/3	9,64	7,60	33,35	241,94	0,07	0,00	12,00	1,19	6,55	45,50	25,34	1,33
-------	------	------	-------	--------	------	------	-------	------	------	-------	-------	------

ТР №35 от 25.12.17	Капуста квашеная (бел. группа)	50	0,85	2,40	4,23	42,85	0,01	9,90	0,00	7,70	26,12	16,97	8,00	0,33
№ 389/2017	Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48
Хим состав и калорийность расчетных продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Ден +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
	Итого:	553	18,26	19,10	79,91	568,61	0,15	30,31	12,00	25,40	123,93	149,22	76,91	3,59

ПТИЦА

Горячий завтрак (старшие)

№ 290/2017	Птица тушеная в сметанно-томатном соусе	50/50	11,65	11,66	3,51	186,00	0,04	0,68	30,10	0,50	30,32	79,00	16,19	0,70
№ 303/2017	Каша гречневая вязкая	180	5,49	9,51	54,62	294,60	0,14	0,00	0,00	0,40	8,45	108,87	72,03	2,42
№ 316/2017	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
Хим состав и калорийность расчетных продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Ден +	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
Хим состав и калорийность расчетных продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Ден +	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,03	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56
	Итого:	550	22,13	21,91	96,73	662,30	0,24	0,71	30,10	1,79	67,26	270,17	112,62	5,26

СУББОТА

Горячий завтрак (старшие)

стр 134 табл 6 Ден +, 2012	Печенье	40	2,96	3,76	10,84	124,28	0,06	0,00	0,00	1,85	13,00	42,00	5,70	0,70
табл 6 стр 134, 2012	Запеканка картофельная с птицей	250	14,60	19,60	20,68	305,25	0,44	8,47	0	6,33	73,55	499,72	20,7	1,79
№ 349/2017	Напиток из сухофруктов	200	0,70	0,10	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46	0,70
Хим состав и калорийность расчетных продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Ден +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хим состав и калорийность расчетных продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Ден +	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,06	0,00	0,00	0,56	11,72	60,00	18,80	1,56
	Итого:	550	22,42	24,10	91,53	648,63	0,60	9,20	0,00	9,06	134,75	638,16	65,46	4,97
	Всего за 6 дней:	3323	123,79	128,90	549,21	3761,50	1,62	80,47	121,82	42,25	556,08	1899,92	480,21	29,47
	В среднем на 1 учащегося:	554	20,63	21,48	91,54	626,92	0,27	13,41	20,30	7,04	92,68	316,65	80,04	4,91

ООО "АБК-Гэймент"

Двухнедельное меню для организации горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся старших классов (12лет и старше) школ Нижнекамского района РТ

2 - я неделя

№Окраска рецептур

Выход Стоимость Белки Жиры Угл-ды Калл В1 С А Е Са Р Mg Fe

ПОНЕДЕЛЬНИК

Горячий завтрак (старшие)

№34/2017г	Фрукты (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
№34/2017г	Бытчки Рыбные с молочным соусом	90/20	10,68	13,98	20,35	290,2	0,05	0,29	4,68	4,52	39,13	147,33	34,13	1,30
№30/2017г	Макаронные изделия (рожки) отварные	180	6,22	4,42	33,30	155,14	0,07	0,00	0,00	1,19	6,55	45,50	25,34	1,33
№ 37/2017г	Чай с сахаром , с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68	0,01	1,02	0,00	0,00	12,89	4,13	2,49	0,53
Хим состав и калорийность расчетное продовольствие табл 6 стр 134 , 2012 Денн +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:		610	63,50	18,73	19,10	80,34	0,19	11,31	4,68	6,19	80,37	237,96	80,36	6,14

ВТОРНИК

Горячий завтрак (старшие)

№47/2017г	Салат из капусты квашеной	100	1,70	4,80	8,46	85,70	0,02	19,81	0,00	15,40	52,24	33,95	16,01	0,67
№34/2017г	Жаркое из птицы (куриных грудок) (50/200)	250	20,26	19,08	53,20	541,92	0,41	65,16	36,37	3,77	72,38	288,66	101,95	4,20
№37/2017г	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
Хим состав и калорийность расчетное продовольствие табл 6 стр 134 , 2012 Денн +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Итого:		570	63,50	23,55	24,06	91,80	0,45	85,00	36,37	19,39	139,51	338,41	122,16	5,34

СРЕДА

Горячий завтрак (старшие)

№34/2017г	Котлеты Здоровые из куриных грудок	100	12,44	12,17	27,57	295,14	0,08	0,75	65,16	1,13	26,62	188,30	28,50	2,30
№30/2017г	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3	5,52	8,19	24,67	194,40	0,14	0,00	12,00	0,44	10,85	131,54	86,44	2,91
№37/2017г	Икра кабачковая(без перца)	30	0,81	2,15	4,36	40,14	0,00	1,40	0,00	4,44	27,27	16,74	5,43	0,22
№ 377 / 2015	Чай с сахаром и лимоном	187/8/5	0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
Хим состав и калорийность расчетное продовольствие табл 6 стр 134 , 2012 Денн +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хим состав и калорийность расчетное продовольствие табл 6 стр 134 , 2012 Денн +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:		553	63,50	21,74	22,93	94,86	0,27	4,98	77,16	6,52	88,59	383,98	134,97	6,77

ЧЕТВЕРГ

Горячий завтрак (старшие)

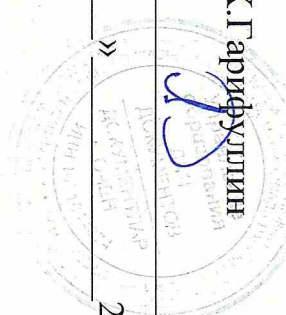
стр 134, табл 6 Денн + 2012	Печенье	20	1,48	1,88	5,42	62,14	0,03	0,00	0,00	0,93	6,20	21,00	2,85	0,35
№ 758 от 23.11.23г	Тфрешл мясные с геркулесом с соусом томатным	90/10	12,84	14,23	9,32	194,32	0,04	0,27	29,62	0,42	20,72	80,20	15,52	0,64

№312/2017г. №358/2017г.	Пюре картофельное Кисель	180 200	3,68 0,60	5,76 0,10	24,53 20,20	164,70 123,60	0,17 0,00	21,79 1,10	0,00 0,00	0,25 0,00	45,09 15,70	104,81 16,32	33,30 3,36	0,00 0,37
Химическая и калорийность, росейские продукты питания табл 6 стр 134, 2012. Девч +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Химическая и калорийность, росейские продукты питания табл 6 стр 134, 2012. Девч +	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
Итого:		550	63,50	22,10	22,49	93,49	651,16	0,31	23,16	29,62	2,24	100,50	280,33	71,93
ПИТНИЕ														
т.к	Горячий завтрак (старшие)	100	8,64	12,83	13,40	209,39	0,08	3,97	28,40	3,20	17,17	122,75	18,27	1,14
№303/2017г.	Гречи из куриной грудки(50/50)	180	6,01	3,71	42,72	265	0,13	0	0,00	0,19	13,10	102,56	35,88	1,17
т.к №323 от 3.03.21г	Каша пшенная вязкая	30	0,42	1,8	2,48	27,84	0	1,99	0	0	10,64	12,19	6,21	0,39
№ 382/2017г.	Свежая отварная (вишневая) (детский)	200	4,08	3,54	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43
Химическая и калорийность, росейские продукты питания табл 6 стр 134, 2012. Девч +	Какао с молоком	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Химическая и калорийность, росейские продукты питания табл 6 стр 134, 2012. Девч +	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:		550	63,50	21,99	22,28	91,27	647,43	0,32	7,55	52,80	3,89	202,48	405,06	93,90
СУББОТА														
№ 394/2017г.	Горячий завтрак (старшие)	100	10,77	12,92	16,65	233,11	0,10	1,04	51,40	2,80	53,14	94,54	20,80	1,40
№199/2017г.	Котлета рубленая из куриной грудки	180	7,81	9,26	41,95	266,40	0,59	0,00	0,00	0,57	112,21	253,89	74,03	0,00
№376/2017г.	Пюре гороховое	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
Химическая и калорийность, росейские продукты питания табл 6 стр 134, 2012. Девч +	Чай с сахаром	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
Химическая и калорийность, росейские продукты питания табл 6 стр 134, 2012. Девч +	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,03	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56
Итого:		550	63,50	23,57	22,92	97,20	681,21	0,75	1,07	51,40	4,26	193,84	430,73	119,23
Всего за 6 дней:		3383	131,68	133,78	548,96	3905,34	2,29	133,07	252,03	42,49	805,29	2076,47	622,55	28,67
В среднем на 1 учащегося:		564	21,95	22,30	91,49	650,89	0,38	22,18	42,01	7,08	134,22	346,08	103,76	4,78

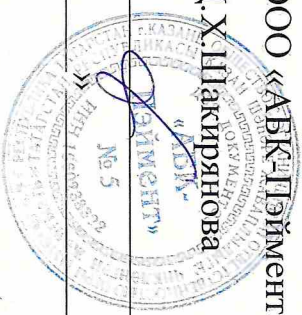
«СОГЛАСОВАНО»

« » 2023 г

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления образования
Исполнительного комитета НМР РТ
А.Х.Г арифудлин

« » 2023 г

«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор
ООО «АБК-Пэймент»
Д.Х.Шакирянова

« » 2023 г

ООО «АБК-Пэймент»

Примерное циклическое меню для учащихся старших классов (с 12 лет и старше)
общеобразовательных организаций Нижнекамского района РТ

Духищельское меню 2-х разовое питание для учащихся старших классов (с 12 лет и старше) школ Нижнекамского района РТ

1 -ая неделя

№ Стериль рецептур	Наименование продуктов	Выход	Стоимость,руб.	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ПОНЕДЕЛЬНИК															
тк № 757 от 23.11.23г	Завтрак (старшие)														
	Котлеты Домашние с гречкой с томатным соусом	90/10	8,90	12,37	37,67	275,55	0,06	1,98	15,90	1,56	18,66	145,20	18,70	1,98	
№02/201г	Макаронные изделия (рожки) отварные	180	9,64	7,60	33,35	241,94	0,07	0,00	12,00	1,19	6,55	45,50	25,34	1,33	
тк №553 от 3.03.21г	Свежая отварная (бешбарма) (ополдьявр)	30	0,42	1,8	2,48	27,84	0	1,99	0	0	10,64	12,19	6,21	0,39	
тк № 349 от 23.11.21г	Напиток из сухофруктов	200	0,70	0,10	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46	0,70	
Хим.сост.и микробиол. контроль рецептурного питания табл.6 стр.134, 2012. Денг +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22	
Хим.сост.и микробиол. контроль рецептурного питания табл.6 стр.134, 2012. Денг +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78	
Итого:															
№02/201г	Дополнительное питание (старшие)	550	22,50	22,27	100,53	714,00	0,20	4,70	27,90	3,35	78,13	269,33	79,91	5,40	
№1750/1г	Ци из св.капусты с картофелем, со сметаной	250/5	8,37	12,81	8,08	191,43	0,06	15,72	6,21	2,36	54,48	52,55	22,57	0,83	
№376/201г	Каши "Дружба" молочная с маслом сливочным	200/3	7,92	10,04	16,67	154,62	0,08	0,69	32,83	0,13	113,11	132,87	24,96	0,54	
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25	
Хим.сост.и микробиол. контроль рецептурного питания табл.6 стр.134, 2012. Денг +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78	
Итого:															
	Всего:	678	17,68	23,11	40,67	417,65	0,17	16,44	39,04	2,77	184,28	218,22	58,33	2,40	
		1228	40,18	45,38	141,20	1131,65	0,37	21,14	66,94	6,12	262,41	487,55	138,24	7,80	
ВТОРНИК															
Завтрак (старшие)															
тк №130 от 25.12.201г	Виточки куриные Солнышко с соусом молочным	90/10	6,67	12,00	5,30	170,20	0,02	15,84	34,72	0,10	60,36	173,80	36,77	2,07	
№ 309/201г	Каша пшеничная вязкая	180	5,70	5,75	24,59	180,87	0,13	0,00	0,00	0,83	19,49	122,04	25,92	2,04	
тк №555 от 3.06.22г	Напиток из яблок и изюма	200	0,20	0,10	19,82	68,12	0,01	0,73	0,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14	
Хим.сост.и микробиол. контроль рецептурного питания табл.6 стр.134, 2012. Денг +	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	
Хим.сост.и микробиол. контроль рецептурного питания табл.6 стр.134, 2012. Денг +	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,03	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56	
Итого:															
№ 56/201г	Дополнительное питание (старшие)	550	17,49	18,57	80,31	568,89	0,22	16,57	34,72	1,82	111,45	384,28	91,27	6,14	
№17/201г	Рассольник Ленинградский	250	7,94	7,82	13,56	107,25	0,09	8,38	0,00	2,35	29,15	56,73	24,18	0,93	
№17/201г	Каша гречневая молочная вязкая	200	5,92	7,18	35,41	206,45	0,05	0,76	11,84	0,10	102,61	123,55	29,16	0,46	
№ 376/201г	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,10	0,04	1,30	20,00	0,00	125,78	90,00	14,00	0,13	
Хим.сост.и микробиол. контроль рецептурного питания табл.6 стр.134, 2012. Денг +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22	
Итого:															
	Всего:	670	18,55	17,84	81,09	420,80	0,20	10,44	31,84	2,67	261,54	283,28	70,14	1,74	
		1220	42,27	36,41	161,40	989,69	0,42	27,01	66,56	4,49	372,99	667,56	161,41	7,88	
СРЕДА															
Завтрак (старшие)															
Фрукты (яблоки)		100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	
Плов из куриной грудки(50/200)		250	19,57	22,45	60,06	521,12	0,18	6,85	17,10	0,50	28,10	181,00	55,90	1,80	

тм. №338 от 23.11.201г	Кисель	200	0,60	0,10	20,20	123,60	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37
Хим состав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134, 2012. Д-ни +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого:	570	22,09	23,11	100,12	708,42	0,23	17,95	17,10	0,92	63,80	221,32	71,06	4,59
М11/2017г	Дополнительное питание (старшие)	250	5,06	6,03	25,22	115,50	0,05	0,50	12,50	2,57	28,55	38,50	10,67	0,65
М17/2017г	Суп - лапша домашняя с картофелем	200	13,60	16,67	30,55	305,50	0,14	0,86	30,15	0,11	101,80	136,00	35,39	0,64
М 377 / 2015	Чай с сахаром и лимоном	187/85	0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
Хим состав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134, 2012. Д-ни +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
	Итого:	670	20,11	22,96	71,89	494,62	0,22	4,19	42,65	2,97	150,20	208,90	57,86	2,41
М10/2017г	ЧЕТВЕРГ	1240	42,20	46,07	172,01	1203,04	0,45	22,14	59,75	3,89	214,00	430,22	128,92	7,00
тм. №47 от 01.2014г	Завтрак (старшие)	100	5,70	8,80	18,46	175,70	0,02	19,81	0,00	15,40	52,24	33,95	16,01	0,67
	Котлеты из говядины	180/3	9,64	7,60	33,35	241,94	0,07	0,00	12,00	1,19	6,55	45,50	25,34	1,33
М10/2017г	Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	200	0,75	0,06	15,95	68,52	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48
М-3М/2017	Напиток из урюка	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
Хим состав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134, 2012. Д-ни +	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,03	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56
	Хлеб ржаной	553	21,41	22,18	98,36	655,86	0,17	20,41	12,00	18,31	109,61	181,75	82,51	4,37
М18/2017г	Дополнительное питание (старшие)	250	4,80	9,92	16,93	143,75	0,05	10,68	0,00	2,40	49,73	54,60	26,13	1,23
М17/2017г	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	8,59	11,28	22,57	216,00	0,02	0,92	33,80	180,49	226,79	68,83	1,67	0,64
М18/2017г	Каши геркулесовая молочная вязкая	200	4,08	3,54	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43
Хим состав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134, 2012. Д-ни +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого:	670	18,99	24,90	64,25	465,35	0,15	13,19	58,20	183,11	432,29	260,99	51,94	2,52
М17/2017г	Хлеб пшеничный	1223	40,40	47,08	162,61	1121,21	0,32	33,60	70,20	201,42	541,90	442,74	134,45	6,89
ПИТИЦА														
Завтрак (старшие)														
М120/2017г	Птица тушенная в сметанно- томатном соусе	50/50	11,65	11,66	3,51	166,00	0,04	0,68	30,10	0,50	30,32	79,00	16,19	0,70
М30/2017г	Каши гречневая вязкая	180	5,49	6,01	24,62	174,60	0,14	0,00	0,00	0,40	8,45	108,87	72,03	2,42
М34/2017г	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,60	0,00	0,00	0,00	0,00	13,67	0,00	0,00	0,90
Хим состав и энергетическая ценность продуктов питания табл 6 стр 134, 2012. Д-ни +	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
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,03	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56
М10/2017г	Дополнительное питание (старшие)	550	18,22	18,55	79,64	536,90	0,24	0,68	30,10	1,79	70,04	267,37	111,22	5,91
М12/2017г	Суп картофельный с горохом	250	5,43	8,52	39,91	273,25	0,23	4,66	0,00	2,42	42,65	88,10	35,57	2,05
М12/2017г	Запеканка из творога с повидлом (160/40)	200	18,14	20,64	55,01	454,40	0,10	1,37	145,60	1,25	240,00	342,59	41,33	1,47
М17/2017г	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25

Химический анализ
продукта питания
табл. 6 стр. 134, 2012. Девч +

Хлеб ржаной

20

1,32

0,24

7,92

39,60

0,03

0,00

0,00

0,28

5,80

30,00

9,40

0,78

Итого:

670

24,96

29,42

110,84

799,25

0,36

6,06

145,60

3,95

299,34

463,49

87,70

4,55

Всего:

1220

105,50

47,97

190,48

1336,15

0,60

6,74

175,70

5,74

369,38

730,86

198,92

10,46

СУББОТА

Завтрак (старшие)

табл. 6 стр. 134, 2012

Запеканка картофельная с птицей

250

14,60

19,60

20,68

305,25

0,44

8,47

0

6,33

73,55

499,72

20,7

1,79

табл. 6 стр. 134, 2012

Горошек консервированный

20

0,58

0,54

1,16

11,84

0,01

1,94

2,8

0,05

4,78

12,27

4,04

0,14

табл. 6 стр. 134, 2012

Напиток из сухофруктов

200

0,70

0,10

22,03

92,90

0,02

0,73

0,00

0,10

32,48

23,44

17,46

0,70

Химический анализ
продукта питания
табл. 6 стр. 134, 2012. Девч +

Хлеб пшеничный

40

3,04

0,31

19,50

93,62

0,04

0,00

0,00

0,43

7,96

25,89

5,57

0,43

Химический анализ
продукта питания
табл. 6 стр. 134, 2012. Девч +

Хлеб ржаной

40

2,64

0,48

15,84

79,20

0,03

0,00

0,00

0,56

11,60

60,00

18,80

1,56

Дополнительное питание (старшие)

Итого:

550

18,90

19,03

79,21

562,81

0,54

11,14

2,80

7,47

130,37

621,32

66,57

4,62

Суп картофельный с вермишелью

250

8,06

8,60

24,54

169,37

0,94

6,87

0,00

1,18

24,22

54,64

22,72

0,93

табл. 6 стр. 134, 2012

Каши манная молочная с маслом сливочным

200/3

6,92

9,19

24,00

165,90

0,08

1,18

18,27

0,42

133,33

116,90

20,60

0,45

табл. 6 стр. 134, 2012

Чай с молоком

200

1,52

1,35

8,92

53,07

0,04

1,33

10,00

0,00

126,60

92,80

15,40

0,41

Химический анализ
продукта питания
табл. 6 стр. 134, 2012. Девч +

Хлеб пшеничный

20

1,52

0,16

22,14

47,00

0,02

0,00

0,00

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

Итого:

673

18,02

19,30

79,60

435,34

1,08

9,38

28,27

1,82

288,15

277,34

61,52

2,01

Всего:

1223

36,92

38,33

158,81

998,15

1,62

20,52

31,07

9,29

418,52

898,66

128,09

6,63

В среднем на 1 учащегося:

7354

245,15

261,24

986,51

6779,89

3,78

131,15

470,22

230,95

2179,20

3657,59

890,03

46,67

1226

40,86

43,54

164,42

1129,98

0,63

21,86

78,37

38,49

363,20

609,60

148,34

7,78

Дружественное меню 2-х разовое питание для учащихся старших классов (с 12 лет и старше) школ Нижнекамского района РТ

2-ая неделя		Выход	Средняя	Белки	Жиры	Угле-ды	Калории	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Наименование продуктов															
ПОНЕДЕЛЬНИК															
Завтрак (старшие)															
от пр. С.р. № 5/2017г.	Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
№32/2017г.	Быточи рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	13,98	20,35	290,2	0,05	0,29	4,68	4,52	39,13	147,33	34,13	1,30
№30/2017г.	Макаронные изделия (рожки) отварные	180		6,22	4,42	33,30	155,14	0,07	0,00	0,00	1,19	6,55	45,50	25,34	1,33
№30/2017г.	Сок фруктовый (нектар плодовой)	200		1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Хлеб пшеничный		20		1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Итого:		610		21,82	21,96	100,09	644,14	0,19	14,29	4,68	6,33	79,68	230,83	79,27	7,85
Дополнительное питание (старшие)															
№ 6/2017г.	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5		1,95	13,29	11,10	144,68	0,05	10,64	6,21	2,41	54,95	58,12	26,55	1,23
№13/2017г.	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/3		8,68	9,90	19,70	177,06	0,14	14,90	12,36	0,55	120,60	183,30	37,03	1,90
№ 31/2017г.	Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68	0,01	1,02	0,00	0,00	12,89	4,13	2,49	0,53
Хлеб ржаной		20		1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:		563		12,06	23,49	47,69	398,02	0,22	26,56	18,57	3,24	194,24	275,55	75,47	4,44
Всего:		1173		33,88	45,45	147,78	1042,16	0,41	40,85	23,25	9,57	273,92	506,38	154,74	12,29
ВТОРНИК															
Завтрак (старшие)															
№6/2017г.	Салат из капусты квашеной	100		1,70	4,80	8,46	85,70	0,02	19,81	0,00	15,40	52,24	33,95	16,01	0,67
№23/2017г.	Жаркое из птицы (куриных тушек) (50/200)	250		20,26	19,08	53,20	541,92	0,41	65,16	36,37	3,77	72,38	288,66	101,95	4,20
№33 от 3.06.22г.	Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12	0,01	0,73	0,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14
Хлеб пшеничный		20		1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Итого:		570		23,60	24,14	100,02	702,74	0,46	85,70	36,37	19,39	142,62	344,55	126,34	5,23
Дополнительное питание (старшие)															
№9/2017г.	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		7,38	9,48	30,55	216,80	0,10	8,35	6,21	2,36	34,48	60,24	24,60	0,93
№13/2017г.	Каша геркулесовая молочная вязкая	200		8,59	11,28	22,57	216,00	0,02	0,92	33,80	180,49	226,79	68,83	1,67	0,64
№31/2017г.	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
Хлеб пшеничный		20		1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Итого:		675		17,56	20,94	83,26	511,80	0,14	9,30	40,01	183,07	276,16	144,87	30,47	2,04
Всего:		1245		41,16	45,08	183,28	1214,54	0,60	95,00	76,38	202,46	418,78	489,42	156,81	7,27
СРЕДА															
Завтрак (старшие)															
№24 от 23.12.2017г.	Котлеты Запорожье из куриных грудок	100		12,44	12,17	27,57	295,14	0,08	0,75	65,16	1,13	26,62	188,30	28,50	2,30
№33/2017г.	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		5,52	8,19	24,67	194,40	0,14	0,00	12,00	0,44	10,85	131,54	86,44	2,91
№31/2017г.	Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46	0,70

Хлеб пшеничный
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Хлеб ржаной
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Дополнительное питание (старше)

Суп гороховый с гречками

МНП 2017г.
Каши пшенная молочная вязкая

Чай с сахаром и лимоном

Хлеб ржаной
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Итого:
Всего:

ЧЕТВЕРТ

Завтрак (старше)

Тф.М 78 от 21.12г

Пюре картофельное

МНП 2017г.

Кисель

Хлеб пшеничный
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Хлеб ржаной
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Хлеб пшеничный
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Хлеб ржаной
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Итого:

Всего:

Дополнительное питание (старше)

Ци из св.капусты с картофелем

МНП 2017г.

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Хлеб ржаной
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

ПЯТИЦА

Завтрак (старше)

Итого:
Всего:

ПЯТИЦА

Итого:
Всего:

МНП 2017г.
Каши пшенная вязкая

Свежая отварная (заморожен) (заморожен)

МНП 2017г.
Компот из свежих яблок

Хлеб пшеничный
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Хлеб ржаной

Хлеб ржаной
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Хлеб ржаной

Хлеб ржаной
росейское производство
таб.6 стр.14, 2012.Дейн

Хим состав в соответствии с технологическим рецептом питания табл 6 стр 134, 2012-13гг *	Итого:	550	21,77	21,90	99,57	646,36	0,26	5,96	28,40	3,89	64,38	280,50	72,56	4,60	
	Дополнительное питание (старшие)														
	Мног2017г	Суп картофельный с вермишелью	250	9,68	10,33	29,45	203,25	1,13	8,25	0,00	1,42	29,07	67,57	27,27	1,12
	Мног2017г	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	9,72	9,97	29,87	269,69	0,97	0,67	54,35	0,38	114,06	168,24	25,09	0,60
	Мног2017г	Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43
Хим состав в соответствии с технологическим рецептом питания табл 6 стр 134, 2012-13гг *	Итого:	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78	
	Хлеб ржаной	20													
	СУББОТА														
	Итого:	670	24,80	24,08	69,85	571,14	1,28	10,51	78,75	2,08	300,70	390,37	83,10	2,93	
	Всего:	1220	46,57	45,98	169,42	1217,50	1,54	16,47	107,15	5,97	365,08	670,87	155,66	7,53	
Хим состав в соответствии с технологическим рецептом питания табл 6 стр 134, 2012-13гг *	Итого:	100	10,77	12,92	16,65	233,11	0,10	1,04	51,40	2,80	53,14	94,54	20,80	1,40	
	Мног2017г	Котлета рубленная из куриной грудки	180/3	7,81	9,26	41,95	266,40	0,59	0,00	0,00	0,57	112,21	253,89	74,03	0,00
	Мног2017г	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
	Мног2017г	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:	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,03	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56	
Хим состав в соответствии с технологическим рецептом питания табл 6 стр 134, 2012-13гг *	Итого:	553	23,57	22,92	97,20	681,21	0,75	1,07	51,40	4,26	193,84	430,73	119,23	3,54	
	Дополнительное питание (старшие)														
	Мног2017г	Суп картофельный с гречневой крупой	250	7,68	8,33	32,45	223,25	0,11	8,25	0,00	1,42	29,20	67,57	27,27	1,12
	Мног2017г	Каша манная молочная	203	8,53	10,32	29,56	201,32	0,10	1,46	22,50	0,52	164,21	143,98	25,37	0,56
	Мног2017г	Чай с молоком	200	1,52	1,35	8,92	53,07	0,04	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41
Хим состав в соответствии с технологическим рецептом питания табл 6 стр 134, 2012-13гг *	Итого:	20	1,52	0,16	22,14	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22	
	Хлеб пшеничный	20													
	Итого:	673	19,25	20,16	93,07	524,64	0,27	11,04	32,50	2,16	324,01	317,35	70,84	2,31	
	Всего:	1226	42,82	43,08	190,27	1205,85	1,02	12,11	83,90	6,42	517,85	748,08	190,07	5,85	
	Итого:	7315	249,35	270,01	1045,42	7132,05	4,79	209,17	448,72	235,37	2131,96	3652,64	1024,65	51,08	
В среднем на 1 учащегося:		1219	41,56	45,00	174,24	1188,68	0,80	34,86	74,79	39,23	355,33	608,77	170,78	8,51	