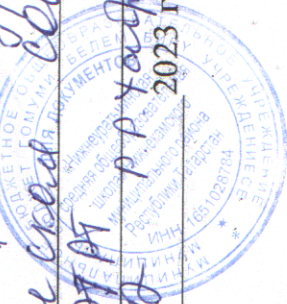


«СОГЛАСОВАНО»

Директор
Ивбу, Нижегород-
инеская обл "
НМР РТ
жж РРХарушени

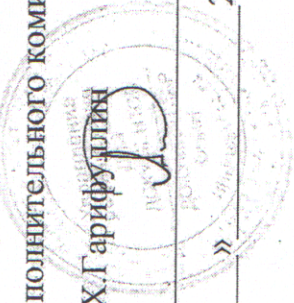
« » 2023 г



«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления образования
Исполнительного комитета НМР РТ
А.Х.Гарифуллин

« » 2023 г

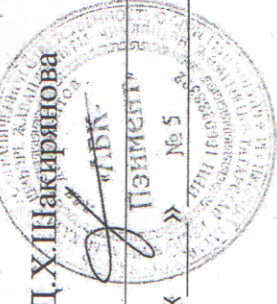


«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор
ООО «АБК-Пэймент»

Д.Х.Шакирянова

« » № 5 2023 г



ООО «АБК-Пэймент»

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

ООО "АБК-Паймент"

Двухдневное меню для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска осенне-зимний период 2023-2024г.г.

I - ая неделя		Выход	Стоимость,руб	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Наименование продуктов															
ПОНЕДЕЛЬНИК															
Горячий завтрак (младшие)															
№4/2017г	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
	Шницель куриный	90		7,83	10,02	5,13	115,51	0,05	1,61	12,94	1,26	15,12	117,63	15,21	1,61
№0092017г	Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		6,78	1,28	43,96	238,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
№ 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
Химическая и калорийность, расщепление продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012, Дина +	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:		503	77,59	18,42	19,05	80,10	563,23	0,18	4,44	64,94	2,79	55,28	212,60	39,83	3,94
ВТОРНИК															
Горячий завтрак (младшие)															
№292017г	Овощи тушеные с мясом	50/150		12,69	13,53	44,88	363,45	0,02	14,26	31,25	0,09	54,33	156,42	33,10	1,87
№0062017г	Горошек консервированный(доп.гарнир)	50		1,44	1,36	2,89	29,6	0,03	4,85	7	0,11	11,96	30,67	10,09	0,35
№101/2017г	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
Химическая и калорийность, расщепление продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012, Дина +	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
Химическая и калорийность, расщепление продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012, Дина +	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:		500	77,59	20,00	18,85	80,43	563,25	0,15	20,41	58,25	0,81	203,87	326,59	70,79	3,46
СРЕДА															
Горячий завтрак (младшие)															
№101/Стр.106, 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
№004/2017г	Плов из куриной грудки(50/150)	200		14,42	18,43	40,93	370,50	0,16	6,76	16,95	0,39	27,21	172,00	55,61	1,63
№070/2017г	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
Химическая и калорийность, расщепление продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012, Дина +	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
Химическая и калорийность, расщепление продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012, Дина +	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:		550	77,59	18,49	19,33	81,41	559,60	0,25	16,79	16,95	1,20	65,90	235,30	79,61	5,19

[illegible]

Двухнедельное меню для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска на осенне-зимний период 2023-2024г.г.

№ Стороны рецептур		Наименование продуктов	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
2-я неделя		ПОНЕДЕЛЬНИК														
№ 376/2017г.		Горячий завтрак (младшие)	100													
№ 376/2017г.		Фрукты (яблоко)	90		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
№ 376/2017г.		Тефтели говяжьи	150/3		11,62	10,37	10,10	170,42	0,05	0,07	25,53	0,60	19,99	110,52	20,15	1,01
№ 376/2017г.		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	200		4,90	7,69	45,56	265,30	0,12	0,00	12,00	0,37	9,17	109,77	72,03	2,43
№ 376/2017г.		Чай с сахаром, с яблоком	20		0,11	0,06	8,97	36,68	0,01	1,02	0,00	0,00	12,89	4,13	2,49	0,53
№ 376/2017г.		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	77,59	18,35	18,76	82,35	559,00	0,24	11,09	37,53	1,45	63,85	265,42	113,07	6,95
23.12.2017г.		ВТОРНИК														
№ 376/2017г.		Горячий завтрак (младшие)	50/150		15,01	17,27	51,76	393,54	0,33	52,13	29,10	3,02	57,91	230,93	81,56	3,38
№ 376/2017г.		Жаркое из птицы (куриных грудок)	50		1,44	1,36	2,89	29,6	0,03	4,85	7,00	0,11	11,96	30,67	10,09	0,35
№ 376/2017г.		Горошек консервированный (молочный)	200		0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
№ 376/2017г.		Чай с сахаром, с шиповником	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
№ 376/2017г.		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
№ 376/2017г.		Хлеб ржаной	20		20,18	19,13	85,53	567,26	0,42	59,81	36,10	3,75	95,72	315,50	107,65	5,18
Итого:			500	77,59												
23.12.2017г.		СРЕДА														
№ 376/2017г.		Горячий завтрак (младшие)														
№ 376/2017г.		Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)	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
№ 376/2017г.		Биточки рыбные	90		3,48	9,57	4,71	64,33	0,054	0,54	0,117	0,73	49,52	154,19	13,5	2,10
№ 376/2017г.		Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,78	1,28	42,96	226,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
№ 376/2017г.		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
№ 376/2017г.		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
№ 376/2017г.		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:			553	77,59	19,92	19,33	87,34	609,35	0,23	3,48	63,62	2,74	247,47	372,16	55,27	5,25

ЧЕТВЕРГ
Горячий завтрак (младшие)

М/2017г.	Блины с маслом сливочным	45/5	2,52	4,31	14,02	105,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
М/2017г.	Котлеты Нежные из куриных грудок	90	12,89	8,41	28,78	201,80	0,09	0,93	46,26	2,52	47,82	85,08	18,72	1,26	
М/2017г.	Картофельное пюре с маслом	150/3	1,09	6,98	10,48	147,05	0,14	18,16	12,00	0,21	37,70	87,50	27,75	1,02	
М/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	
М/2017г.	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	
М/2017г.	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:		543	77,59	20,17	20,20	83,96	595,95	0,29	19,12	58,26	3,34	108,21	224,88	61,47	3,64

ПЯТНИЦА
Горячий завтрак (младшие)
Фрукты (яблосины)

М/2017г.	Запеканка из творога с повидлом	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	
М/2017г.	Какао с молоком	120/30	15,10	14,48	36,67	367,4	0,08	1,03	109,2	0,94	179,72	256,94	31	1,07	
М/2017г.	Хлеб пшеничный	200	0,08	4,54	10,61	38,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43	
М/2017г.	Хлеб ржаной	20	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:		500	77,59	19,18	19,90	79,76	563,10	0,23	12,62	133,60	1,75	359,29	442,00	74,94	4,81

СУББОТА
Горячий завтрак (младшие)

М/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	
М/2017г.	Курица запеченная	100	13,28	15,32	0,00	207,40	0,60	1,36	53,60	0,84	43,50	228,40	24,64	1,08	
М/2017г.	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	150/3	2,80	4,38	39,99	207,00	0,13	0,00	20,00	0,81	34,89	154,97	36,66	2,64	
М/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	
М/2017г.	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	
М/2017г.	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:		543	77,59	22,15	27,73	86,53	697,18	0,83	2,38	113,60	2,70	111,48	459,50	81,59	5,71
Всего за 6 дней:		3202	119,95	125,05	505,47	3591,84	2,24	108,50	442,71	15,73	986,02	2079,46	493,99	31,54	
В среднем на 1 учащегося:		534	19,99	20,84	84,25	598,64	0,37	18,08	73,78	2,62	164,34	346,58	82,33	5,26	