



Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации дополнительного питания обучающихся группы продленного дня
в общеобразовательных учреждениях Республики Татарстан

Утверждаю

Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"
Харламова Э.Р.

Согласовано

Руководитель образовательного учреждения

**Примерное циклическое двенадцатидневное меню группы продленного дня для учащихся образовательных учреждений
Республики Татарстан**

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход,г	Белки	Жиры	Угл-ды	Энерг.ценность (ККАЛ)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ПОНЕДЕЛЬНИК														
№ 96,105 Сбор.рец. На прод-но для обуч. Во всех образов.учрежд.-Дети 2017	Рассольник Ленинградский, с куриными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	3,51	7,16	12,96	135,95	0,10	8,50	8,98	2,39	38,15	70,19	26,07	1,05
ТТК	Компот из свежих яблок с изюмом	200	0,25	0,12	28,87	118,40	0,02	0,45	0,00	0,08	17,25	11,88	6,63	0,70
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети - 2012	Хлеб ржаной	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:	495	5,74	7,64	53,70	313,75	0,17	8,95	8,98	2,89	64,10	127,07	46,80	2,92
ВТОРНИК														
№ 113 Сбор.рец. На прод-но для обуч. Во всех образов.учрежд.-Дети 2017	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/10	4,91	7,40	11,65	141,95	0,05	0,74	18,32	2,67	33,91	54,90	12,70	0,84
ТТК составлена на основании акта переоборудов. 2019 г от 29.10.19	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети - 2012	Хлеб ржаной	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:	490	7,56	8,04	44,29	289,55	0,12	100,74	18,32	3,85	63,95	103,34	30,24	2,64
СРЕДА														
№155 Сбор.рец. На прод-но для обуч. Во всех образов.учрежд.-Дети 2015	Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне	250	5,92	5,55	16,14	138,25	0,16	5,81	0,00	2,44	52,28	137,98	38,30	1,81
№ 348 Сбор.рец. На прод-но для обуч. Во всех образов.учрежд.-Дети 2017	Компот из урюка	200	0,75	0,06	27,93	116,4	0,016	0,6	0	0,826	33,22	22,8	18,16	0,48
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети - 2012	Хлеб ржаной	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:	460	8,65	5,97	55,95	314,05	0,22	6,41	0,00	3,69	94,20	205,78	70,56	3,46
ЧЕТВЕРГ														
№94 Сбор.рец. На прод-но для обуч. Во всех образов.учрежд.-Дети 2017	Суп крестьянский с крупой (пшено) с куриными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	2,98	6,99	7,07	104,95	0,05	10,00	8,98	2,34	44,88	47,04	16,07	0,70
№376 Сбор.рец. На прод-но для обуч. Во всех образов.учрежд.-Дети 2017	Чай с мармеладом	190/10	0,11	0,02	12,73	51,30	0,00	0,10	0,00	0,00	4,87	3,65	2,35	0,43
табл 6 стр 134,144,Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети - 2012	Хлеб ржаной	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:	495	5,07	7,37	31,68	215,65	0,10	10,10	8,98	2,76	58,45	95,69	32,51	2,29

ПЯТНИЦА

по 111-ФЗ от 06.04.2017	Харчо с мясом птицы, со сметаной	250/10/5	3,05	7,41	1,94	85,55	0,02	1,01	10,82	2,36	31,76	31,98	8,00	0,40
по 249-ФЗ от 06.04.2017	Компот из сухофруктов	200	0,83	0,11	40,02	166,00	0,02	0,91	0,00	0,64	40,60	29,30	21,83	0,87
по 174-ФЗ от 06.04.2017	Хлеб ржаной	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
Сметана и натуральное растительное масло - по рецепту														
Датум - 2013	Итого:	495	5,86	7,88	53,83	310,95	0,09	1,91	10,82	3,41	81,06	106,28	43,93	2,44

СУББОТА

№ 176 С/группы. На протяжении всего периода 2016-2017 года в нем 124,14% Рост	Борни из срежй кувасты с мясными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	4,27	7,53	11,15	138,05	0,06	10,93	10,82	2,51	59,49	74,05	28,60	1,42
	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15	60,00		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
	Хлеб с ржаной	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:	495	6,32	7,91	38,03	257,45	0,11	10,96	10,82	2,93	79,29	121,85	44,10	2,87
	Всего за 6 дней 1 недели:	2930	39,20	44,79	277,48	1701,40	0,80	139,07	57,92	19,51	441,04	759,99	268,15	16,62

2 недели

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ 16 Сладкое. На проект оборудования 2017	Супп картофельный с вермишелью, с куриными фрикадельками	250/10	4,05	4,16	18,25	138,85	0,12	8,35	3,98	1,45	33,80	77,99	28,72	1,24
№ 177 Сладкое. На проект оборудования 2017	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,112	0,018	10,15	41,32		2,03	0	0,006	13,25	3,96	2,16	0,333
№ 181 Сладкое. На проект оборудования 2017	Хлеб ржаной	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:		490	6,14	4,54	40,28	239,57	0,17	10,38	3,98	1,87	55,75	126,95	44,98	2,74

ВТОРНИК

	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030
Пшеница мягкоколосковая, из которой получают муку высшего и первого сортов	250,5	2,70	5,90	8,08	102,85	0,06	15,80	5,00	2,37	55,65	52,05	22,58	0,84		
Рожь мягкая, без высушивания	200	0,83	0,11	40,02	166,00	0,02	0,91	0,00	0,64	40,60	29,30	21,83	0,87		
Хлеб ржаной	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:	480,5	5,50	6,37	59,98	328,25	0,13	16,70	5,00	3,42	104,95	126,35	58,50	2,88		

СРЕДА

№ 66 Стор. 10. На произво- дств. для общ. На ассет образ. учрежд.-Донец 2016	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками	250/10	4,31	4,59	14,61	116,95	0,10	8,49	5,82	1,35	28,41	78,95	27,03	1,07
--	---	--------	------	------	-------	--------	------	------	------	------	-------	-------	-------	------

ТТК составлена на
основании акта проработки
2019 г от 29.10.19
табл 6 стр 134,144,Хим.
Состав и калорийность
российских продуктов питания
Дети + 2012

Напиток из шиповника

Хлеб ржаной

Итого:

ЧЕТВЕРГ

№ 102 Сбор.рек. На прогн-
мо для обуч. Во всех
образ.учреж.-Дети 2017

Суп картофельный с горохом на курином бульоне

№ 376 Сбор.рек. На прогн-
мо для обуч. Во всех
образ.учреж.-Дети 2017

Чай с сахаром

табл 6 стр 134,144,Хим.
Состав и калорийность
российских продуктов питания
Дети + 2012

Хлеб ржаной

Итого:

ПЯТНИЦА

№ 95Сбор.рек. На прогн-
мо для обуч. Во всех
образ.учреж.-Дети 2017

Рассольник домашний с мясными фрикадельками

ТТК

Компот из изюма и урюка

табл 6 стр 134,144,Хим.
Состав и калорийность
российских продуктов питания
Дети + 2012

Хлеб ржаной

Итого:

СУББОТА

Акт проработки от
16.02.2019

Солянка

№376 Сбор.рек. На прогн-
мо для обуч. Во всех
образ.учреж.-Дети 2017

Чай с мармеладом

табл 6 стр 134,144,Хим.
Состав и калорийность

Хлеб ржаной

Всего:

Всего за 6 дней 2 недели:

Всего за 12 дней:

В среднем на 1 учащегося в день

200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
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
490	6,97	5,23	47,25	264,55	0,16	108,49	5,82	2,53	58,45	127,39	44,57	2,87
250	6,29	5,47	16,54	153,25	0,23	5,83	0,00	2,43	44,68	88,10	35,58	2,05
190/10	0,07	0,02	15	60,00		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
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
480	8,34	5,85	43,42	272,65	0,28	5,86	0,00	2,85	64,48	135,90	51,08	3,50
250/10	4,43	6,95	12,72	140,70	0,10	13,36	5,82	2,47	45,11	82,23	30,10	1,26
200	0,55	0,07	28,89	119,30	0,02	0,30	0,00	0,45	26,77	21,08	13,14	0,47
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
490	6,96	7,38	53,49	319,40	0,17	13,66	5,82	3,34	80,58	148,31	57,34	2,90
250	8,03	9,15	7,19	168,63	0,06	0,80	5,88	1,58	23,73	56,55	16,75	0,58
190/10	0,11	0,02	12,73	51,30	0,00	0,10	0,00	0,00	4,87	3,65	2,35	0,43
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
480	10,12	9,53	31,80	279,33	0,11	0,90	5,88	2,00	37,29	105,20	33,20	2,17
2915	44,04	38,89	276,22	1703,754348	1,018	155,99	26,495	15,998	401,502	770,092	289,66	17,06
5845	83,24	83,68	553,70	3405,16	1,82	295,06	84,42	35,51	842,54	1530,08	557,81	33,68
487	6,94	6,97	46,14	283,76	0,15	24,59	7,03	2,96	70,21	127,51	46,48	2,81