

Согласовано:
Дарханов Альберт
Радиев Закарушиев Н.Н.



Утверждено ТАТАРСТВОМ
АО "Детский центр по здоровью
и социального интегрирования в Казани"
вместе с Указом начальника директора
о организовании питания в АО
"Детский центр по здоровью и социального
интегрирования в Казани"



МЕНЮ бесплатного питания 1-4 кл для школ РТ на апрель месяц 2022 года

№ рец.	Название блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Рибофлавин, мг	Мг, мг	Fe, мг
1 НЕДЕЛЯ														
Понедельник 1 неделя														
№ 71/2015 г Дели														
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	30	0,210	0,030	5,270	3	0,009	2,100	-	0,030	5,100	9,000	4,200	0,150
ТТК № 1154 от 09.10.2020 г	ТВФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	70/40	7,000	10,200	8,590	145	0,056	3,200	-	2,177	14,716	110,058	17,038	1,644
№302/2015г.Дел и	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,620	5,400	41,880	242	0,291	-	21,000	0,468	20,632	177,928	104,220	3,448
№ 699 Сбор. рец. 2004 год	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,140	0,020	12,400	52	0,006	6,400	-	0,032	7,120	3,520	1,920	0,168
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Итого:		16,490	16,010	86,980	533	0,398	11,7	21	3,035	54,328	326,226	133,178	6,002
Вторник 1 неделя														
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,400	0,400	9,800	47	0,030	10,000	-	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
№70/2015г.Дели	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	20	0,160	0,020	0,340	3	0,004	1,000	-	0,020	4,600	4,800	2,800	0,120
ТТК от 30.10.2019 г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ИЗ ФАРША МИНТАЯ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ)	65/25	12,270	5,665	6,177	160	0,085	1,728	24,958	1,325	63,907	165,016	33,533	0,742
№312/2015г.Дел и	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,280	4,660	22,080	146	0,163	25,943	25,500	0,181	46,606	97,336	32,978	1,231
ТТК 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8	0,011	0,010	8,000	32	-	-	-	-	0,240	-	-	0,024
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,250	0,250	11,250	55	0,018	-	-	0,135	3,450	15,900	3,750	0,465
	Итого:		18,890	11,160	67,480	490	0,322	38,671	50,458	2,081	138,803	307,052	84,861	5,002
Среда 1 неделя														
№ 15/2015 г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	15	3,945	3,990		53	0,005	0,105	31,500	0,060	150,000	90,000	8,250	0,105
Акт от 22.07.2019г	КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	80/10	7,000	10,000	6,200	142	0,059	2,144	4,880	2,323	15,361	117,934	15,926	1,621
№309/2015г.Дел и	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,602	5,070	35,910	212	0,087	-	-	2,704	15,197	45,522	8,479	0,858
№ 701 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,100	0,100	12,400	52	0,008	2,500	-	0,050	4,720	2,750	2,250	0,622
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Итого:		19,17	19,520	73,350	550	0,195	4,749	36,38	5,465	192,038	281,926	40,705	3,798
Четверг 1 неделя														
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,400	0,400	9,800	47	0,030	10,000	-	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
№52/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	60	0,855	3,650	5,020	56	0,011	5,700	-	1,641	21,090	24,582	12,540	0,798
№291/2015г.Дел и	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	13,140	15,100	40,000	348	0,120	4,360	27,200	5,133	25,231	203,390	46,964	1,681
ТТК 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,060	0,010	8,140	34	0,002	2,000	-	0,010	2,240	1,100	0,600	0,054
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
Итого:			16,970	19,520	81,800	576	0,199	22,06	27,2	7,312	71,321	265,792	74,904	5,325
Пятница 1 неделя														
№70/2015г.Дели	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	10	0,080	0,010	0,170	2	0,002	0,500	-	0,010	2,300	2,400	1,400	0,060
ТТК 2021г.июль	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДВИКИ	45/45	9,370	10,900	10,600	178	0,038	2,311	4,500	1,506	10,576	100,124	13,131	0,840
№312/2015г.Дел	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,282	8,280	22,070	179	0,163	25,943	25,500	0,181	46,606	97,336	32,978	1,231
ТТК 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8			13,100	53	-	-	-	0,240		-	-	0,024
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23г	1,748	0,184	11,316	54	0,025	-	-	0,253	4,600	14,950	3,220	0,253
	Итого:		15,290	19,55	64,780	583	0,242	28,754	30	2,058	67,082	227,53	53,729	2,78
Суббота 1 неделя														
№ 15/2015 г. Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	15	3,945	3,990		53	0,005	0,105	31,500	0,060	150,000	90,000	8,250	0,105
№243/2015г.Дел	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	7,800	9,200	10,800	160	0,030	-	-	0,500	25,000	139,001	15,000	1,800
№309/2015г.Дел	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,600	5,070	35,900	212	0,087	-	-	2,704	15,197	45,522	8,479	0,858
ТТК 2021 г	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200	0,140	0,020	11,150	46	-	-	-	0,300		-	-	0,030
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,204	0,232	14,268	68	0,032	-	-	0,319	5,800	18,850	4,060	0,319
	Итого:		19,690	18,510	72,120	539	0,154	0,105	31,5	3,583	196,297	293,373	35,789	3,112
2 неделя														
Понедельник 2 неделя														
№ 15/2015 г. Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	15	3,950	3,990		53	0,005	0,105	31,500	0,060	150,000	90,000	8,250	0,105
ТТК 2020 г	БЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ п/ф В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/40	5,500	8,400	9,228	178	0,048	2,513	-	2,093	12,748	107,314	18,145	1,528
№302/2015г.Дел	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,622	5,400	41,880	242	0,291	-	21,000	0,468	20,632	177,928	104,220	3,448
№ 701 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,100	0,100	12,400	52	0,008	2,500	-	0,050	4,720	2,750	2,250	0,622
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,900	0,200	12,300	59	0,028	-	-	0,275	5,000	16,250	3,500	0,275
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,250	0,250	11,250	55	0,018	-	-	0,135	3,450	15,900	3,750	0,465
	Итого:		19,320	18,340	87,050	639	0,398	5,118	52,5	3,081	196,55	410,142	140,115	6,443
Вторник 2 неделя														
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,400	0,400	9,800	47	0,030	10,000	-	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
№70/2015г.Дели	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	30	0,240	0,030	0,510	4	0,006	1,500	-	0,030	6,900	7,200	4,200	0,180
Акт от 10.07.2019 г.Комбинат	РАГУ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	40/120	12,700	15,820	28,060	305	0,158	20,406	16,000	3,829	21,408	127,523	34,496	1,534
ТТК 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,070	0,013	8,178	34	0,002	2,401	-	0,012	2,641	1,321	0,720	0,060
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Итого:		15,930	16,62	65,39	481	0,232	34,307	16	4,399	53,709	172,764	54,216	4,566
Среда 2 неделя														
№52/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	60	0,855	3,650	5,020	56	0,011	5,700	-	1,641	21,090	24,582	12,540	0,798
№260/2015г.Дел	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ДОП.ГАРНИР	40/40/10	9,100	10,900	7,200	183	0,048	1,952	-	2,078	11,912	127,253	16,736	1,872
№309/2015г.Дел	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,600	5,070	35,906	212	0,087	-	-	2,704	15,197	45,522	8,479	0,858
ТТК 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8	0,010	0,010	8,000	32	-	-	-	0,040	-	-	-	-

	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Итого:		16,560	19,83	65,130	527	0,162	8,152	-	6,541	53,499	212,477	42,155	3,984
Четверг 2 неделя														
№20/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,400	3,650	1,080	39	0,017	3,990	-	1,641	9,690	17,172	7,980	0,285
ТТК 2021г июль	ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ (грудки куриные)	40/120	13,800	12,500	35,500	310	0,164	21,926	16,001	1,688	26,443	133,146	35,377	1,616
№ 699 Сбор. рец. 2004 год	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,140	0,020	12,400	52	0,006	6,400	-	0,032	7,120	3,520	1,920	0,168
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Итого:		16,86	16,530	67,820	492	0,223	32,316	16,001	3,689	50,013	179,558	51,077	2,661
Пятница 2 неделя														
№ 71/2015 г. Дели	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	20	0,140	0,020	0,380	2	0,006	1,400	-	0,020	3,400	6,000	2,800	0,100
Акт от 05.08.2021г	ГРУДКА КУРИНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/30	12,090	11,600	2,183	162	0,065	2,757	25,138	1,803	11,479	105,641	14,538	0,933
№304/2015г.Дел и	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,830	5,434	40,014	224	0,044	-	27,000	0,284	11,460	84,150	27,330	0,597
ТТК 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,070	0,010	8,210	35	0,003	2,800	-	0,014	3,040	1,540	0,840	0,066
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Итого:		18,650	17,420	69,620	514	0,154	6,957	52,138	2,449	36,139	223,051	51,308	2,288
Суббота 2 неделя														
№ 338 Дели 2015 г.	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,400	0,400	9,800	47	0,030	10,000	-	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
№ 42 /1983 г № 15/2015г Дели от 2021г	СЫР ПОРЦИЯМИ КОТЛЕТЫ ПОЖАРСКИЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	10	2,630	2,660		35	0,003	0,070	21,000	0,040	100,000	60,000	5,500	0,070
№309/2015г.Дел и	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,640	5,060	35,950	212	0,087	-	-	2,704	15,197	45,522	8,479	0,858
ТТК от 2021г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,080	0,080	11,940	49	0,006	2,000	-	0,040	3,500	2,200	1,800	0,470
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Итого:		15,310	17,820	75,910	531	0,194	13,51	21	4,551	149,503	246,76	43,113	5,673