



Разработано и утверждено
Директор ООО «АБК-Пэймент»

Р.Р. Рахматуллин

Примерное циклическое двенадцатидневное меню

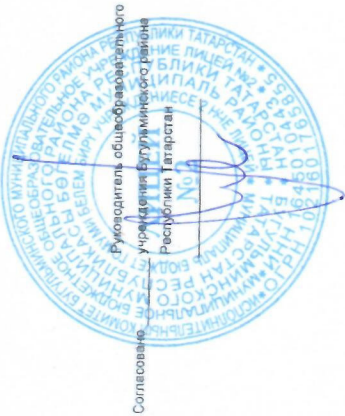
Для организации дополнительного питания обучающихся группы продленного дня
в общеобразовательных учреждениях Республики Татарстан



Разработано: _____
Директор ООО «АБК-Пэймент»
Романутлин Р.Р.

ООО «АБК-Пэймент»

Примерное двенадцатидневное циклическое дополнительное меню группы продленного дня
для учащихся образовательных учреждений Бугульминского муниципального района РТ



Согласовано: _____
Руководитель образовательного учреждения Бугульминского района
Республики Татарстан

№ Сбр.сч	Наименование продуктов	Стоимость, руб	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл-ды, г	Энергичность (ККАл)	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник															
Меню дополнительного питания															
№ 84/2017	Борщ Сибирский со сметаной, с мясом		250/10/11	6,9	7,03	14,58	160,27	0,107	6,795	10		64,39	130,81	38,61	2
№ 181/2017	Каша манная молочная с маслом сливочным		200/10	6,11	10,72	32,38	251	0,08	1,17	58	0,5	133,77	118,19	20,3	0,47
№ 342/2017	Компот из свежих яблок		200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,012	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,952
табл. в стр. 144, дата * 2012	Хлеб сельский/белый		20/20	2,26	0,5	17,76	86,6	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1,07
Итого:		40	721	15,43	18,41	92,60	612,47	0,26	8,87	68,00	0,78	222,14	296,40	76,25	4,49
ВТОРНИК															
Меню дополнительного питания															
№ 119,105/2017	Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками		250/10/22	13,62	50,75	25,36	639,57	0,332	1,11	4,4		61,515	133,33	46,755	3,225
17/4/2017	Каша молочная пшеница с маслом сливочным		200/3	5,65	3,83	32,52	186,8	0,15		12,0	0,18	15,02	115,3	40,7	1,34
№ 442/2017	Булочка к чаю		50	7,87	1,75	19,43	125	0,09	0,27	12		140,4	132,1	31,6	0,76
№ 376/2017	Чай с сахаром		190/10	0,07	0,02	10	40		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
табл. в стр. 144, дата * 2012	Хлеб сельский/белый		20/20	2,26	0,5	17,76	86,6	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1,07
Итого:		40	775	29,47	56,85	105,07	1077,97	0,63	1,41	28,40	0,38	237,84	446,53	132,66	6,68
СРЕДА															
Меню дополнительного питания															
№ 103,288/2017	Суп - лапша с картофелем с мясом птицы		250/10	4,8	4,2	17,455	138,92	0,117	8,25	4		33,1	81,875	29,275	1,305
№ 210/2017	Омлет натуральный		200	20,19	22,57	3,62	298,11	0,15	0,38	398,11		145,89	323,77	23,55	3,81
№ 346/2017	Компот из апельсинов		200	0,45	0,1	33,99	141,2	0,02	12	0	0,1	23,02	11,5	7,626	0,24
табл. в стр. 144, дата * 2012	Хлеб сельский/белый		20/20	2,26	0,5	17,76	86,6	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1,07
Итого:		40	700	27,70	27,37	72,83	664,83	0,34	20,63	402,11	0,30	211,81	460,15	72,65	6,43

ЧЕТВЕРГ

Меню дополнительного питания

№ 96/2017	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,28	6,59	12,34	123,45	0,096	8,415	10	2,38	37,95	62,83	25,08	0,945
№ 397/2017	Блины со ступенным молоком	135/20	8,6	5,668	52,13	294,02	0,158	0,2	35,81	90,83	129,01	32,57	1,51	
№ 376/2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40		0,03		11,1	2,8	1,4	0,28	
табл 6 стр 144, Дневн 4, 2012	Хлеб сельский/белый	20/20	2,26	0,5	17,76	86,6	0,056		0,2	9,8	43	12,2	1,07	
	Итого:	40	13,21	12,78	92,23	544,07	0,31	8,65	10,00	38,39	149,68	237,64	71,25	3,81

ПЯТНИЦА

Меню дополнительного питания

98/2017	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250/10	0,838	6,3	2,083	67,45	0,013	0,79	10	30,8	18,625	6,425	0,22	
№3 /2017	Бутерброд с сыром	50	6,27	7,86	14,83	155,00	0,04	0,11	51,5	0,45	157,2	111	12,45	0,45
№ 173/2017	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200/5	9	9,815	40,095	285,00	0,21	0,96	34,8	0,59	157,45	263,36	72,05	2,08
№ 376/2017	Чай с сахаром с яблоком	180/10/10	0,11	0,06	10,99	45,05	0,003	1,03		0,02	12,7	3,9	2,3	0,5
Хлеб сельский и квасный	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6	0,034	0	0	0,28	5,8	30	9,4	0,78

СУББОТА

Меню дополнительного питания

№99 /2017	Суп из овощей со сметаной	250/10	1,85	6,49	9,51	111,45	0,076	10,415	10	43,65	55,375	21,65	0,8	
№ 173/2017	Каша пшеничная молочная	200	8,56	3,815	44,195	246,00	0,14	0,96	24,8	146,63	218,3	44,33	2,32	
№ 288/2017	Курица отварная	100	23,4	18,57	0,35	262,00	0,04	2,36	58,2	53,6	164	20,28	0,88	
№ 358/2017	Кисель детский витаминизированный	200	0,6	0,1	30,2	123,60	0,006	1,100		15,7	16,3	3,36	0,37	
табл 6 стр 144, Дневн 4, 2012	Хлеб сельский/белый	20/20	2,26	0,5	17,76	86,6	0,056		0,2	9,8	43	12,2	1,07	
Итого:		40	36,67	29,48	102,02	829,65	0,32	14,84	93,00	0,20	269,38	496,98	101,82	5,44
Всего за 6 дней:		4386	140,02	169,158	540,658	4321,09	2,155	57,275	697,81	41,39	1454,795	2364,575	557,251	30,87

2 неделя

№ Сб.реж	Наименование продуктов	Стоимость, р уб	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Угле-ды,г	Энергетичность (кКАл)	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник															
Меню дополнительного питания															
№ 82,109/2017	Борщ из свежей капусты с мясными фрикадельками со сметаной		250/11/10	4,253	7,71	11,375	141,52	0,061	10,77	12,2		60,885	83,54	30,565	1,415
№ 397/2017	Блины со стуженным молоком		135/20	8,6	5,668	52,13	294,02	0,158	0,2		35,81	90,83	129,01	32,57	1,51
№ 343/2017	Компот из фруктов замороженных		200	0,34	0,17	22,84	106,4	0,024	3,172	0	0,13	16,668	7,05	7,782	0,88
табл 6 стр 144, стр *, 2012	Хлеб сельский/белый		20/20	2,26	0,5	17,76	86,6	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1,07
Итого:		40	666	15,45	14,05	104,11	628,54	0,30	14,14	12,20	36,14	178,18	262,60	83,12	4,88

ВТОРНИК

Меню дополнительного питания															
№ 97,288/2017	Суп картофельный с мясом птицы		250/10	4,453	4,188	16,87	134,665	0,136	12	2		34,35	92,025	33,4	1,38
№ 233/2017	Запеканка из творога со стуженным молоком		150/20	27,81	19,82	36,60	435,80	0,10	0,59	119,70	0,76	287,93	364,23	42,17	1,27
№ 377/2017	Чай с сахаром, лимоном		185/10/5	0,13	0,02	10,2	42		2,83			14,2	4,4	2,4	0,36
табл 6 стр 134, стр *, 2012	Батон ватный сорт		30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,033			0,51	5,7	19,5	3,9	0,36
Итого:		40	660	34,64	24,90	79,09	691,07	0,27	15,42	121,70	1,27	342,18	480,16	81,87	3,37

СРЕДА

Меню дополнительного питания															
№ 88/2017	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, с		250/10/11	5,107	6,864	8,318	122,27	0,07	15,875	10		59,46	80,31	26,285	0,797
№ 173/2017	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		200/5	9	9,815	40,095	285,00	0,21	0,96	34,8	0,59	157,45	263,36	72,05	2,08
ТТК	Напиток из черной смородины		200	0,06	0,08	22,42	88,6	0,01	40		0,06	7,8	6,6	6,3	0,32
табл 6 стр 144, стр *, 2012	Хлеб сельский/белый		20/20	2,26	0,5	17,76	86,6	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1,07
Итого:		40	716	16,43	17,26	88,59	582,47	0,35	56,84	44,80	0,85	234,51	393,27	116,84	4,27

ЧЕТВЕРГ

Меню дополнительного питания															
№ 103,297/2017	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельками из птицы		200/22	5,2	5,2	15,7	139,92	0,098	6,82	8,76		33,48	76,96	25	1,146
№ 174/2017	Каша ячменная молочная с маслом сливочным		200/5	4,56	3,16	47,51	206,00	0,14	0,96	14,80	0,67	144,37	218,30	44,33	2,32
№ 377/2017	Чай с сахаром, с лимоном		185/10/5	0,13	0,02	10,2	42		2,83		0,01	14,05	4,4	2,4	0,34
табл 6 стр 144, стр *, 2012	Хлеб сельский/белый		20/20	2,26	0,5	17,76	86,6	0,056			0,2	9,8	43	12,2	1,07
Итого:		40	667	12,1	8,9	91,2	474,5	0,3	10,6	23,6	0,9	201,7	342,7	83,9	4,9

ПЯТНИЦА

Меню дополнительного питания

№ 99, 105/2017 Суп из овощей с фрикадельками мясными

№ 397/2017 Блины со стуженным молоком

№ 358/2017 Кисель детский витаминизированный

табл 6 стр 144 Дачи
*, 2012

Хлеб сенский/белый

Итого: 40 250/11 3,778 6,28 9,23 116,82 0,081 10,43 2,2 37,21 72,12 12,2 1,07

135/20 8,6 5,668 52,13 294,02 0,158 0,2 35,81 90,83 129,01

200 0,6 0,1 30,2 123,60 0,006 1,100 15,7 16,3

20/20 2,26 0,5 17,76 86,6 0,056 0,2 9,8 43

656 15,24 12,55 109,32 621,04 0,30 11,73 2,20 36,01 153,54 260,43

СУББОТА

Меню дополнительного питания

№ 102/2017 Суп картофельный с фасолью

174/ 2017 Каша молочная кукурузная с маслом сливочным

№ 376/2017 Чай с сахаром

табл 6 стр 144 Дачи
*, 2012

Батон высший сорт

Итого: 40 250 5,49 5,27 16,54 148,25 0,23 5,83 26,8 42,68 88,10 35,58 2,05

200/3 7,57 0,025 50,7 287,8 0,09 0,96 26,8 136,79 151,51 31,61 1,666

190/10 0,07 0,02 10 40 0,03 0,03 11,1 2,8 1,4 0,28

30 2,25 0,87 15,42 78,6 0,033 5,7 19,5 3,9 0,36

683 15,38 12,19 92,66 554,65 0,35 6,82 26,80 0,51 196,27 261,91 72,49 4,36

4048 109,24 89,81 564,96 3552,29 1,86 115,55 231,26 75,66 1306,38 2001,03 #####

8434 249,359 258,966 1105,6143 7873,375 4,017 172,827 929,07 117,05 2761,173 4365,6 #####

703 20,77 21,58 92,13 656,11 0,33 14,40 77,42 9,75 230,10 363,80 #####

В среднем на 1 учащегося в день