

Примерное циклическое двенадцатидневное меню на сумму дотации для учащихся общеобразовательных учреждений
Республики Татарстан

1 - я неделя

На Сбор. рач. На протяжении 12-ти дней
Во всех образ. учрежд. Дели + 2012

Наименование блюд

ПОНЕДЕЛЬНИК

Забл. 5 стр. 135. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Дели + 2012

344/2017

Печенье

Компот из сухофруктов

Итого:

ВТОРНИК

Забл. 5 стр. 135. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Дели + 2012

377/2017

Вафли

Чай с сахаром и лимоном

Итого:

СРЕДА

Промышленного производства

Булочка

Чай с сахаром

Итого:

ЧЕТВЕРГ

Забл. 5 стр. 135. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Дели + 2012

398/2016

Пряник

Компот из свежих яблок

Итого:

ПЯТНИЦА

Бутерброд с маслом

Чай с мармеладом

Итого:

СУББОТА

Забл. 5 стр. 135. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Дели + 2012

375.376/2017

Печенье

Чай с сахаром

Итого:

ИТОГО

Выход, г	Стоимость, руб.	Берки, г	Жиры, г	Угле-дыг	Эквивал	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe
30		2,25	2,94	22,3	125,1			5,0		14,5	45	10	1,05
200		0,66	0,09	12,01	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70
230	8,80	2,91	3,03	34,33	217,90	0,02	0,73	5,00	0,51	46,98	68,44	27,46	1,75
30		3,30	4,25	9,0	49,07	0,02	0,04	1,5	1,425	2,25	12,75	1,5	0,15
185/10/5		0,13	0,02	10,20	40,20		2,83		0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
230	8,80	3,4	4,3	19,2	89,3	0,0	2,9	1,5	1,4	16,3	17,2	3,9	0,5
50		3,64	6,26	22,0	159	0,06		2,0	2,33	9,9	35,0	13,7	0,65
190/10		0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			11,10	2,80	1,40	0,28
250	8,80	3,7	6,3	32,0	199,0	0,1	0,0	2,0	2,3	21,0	37,8	15,1	0,9
30		3,60	1,77	22,5	109,8	0,02			0,72	3,3	15	2,7	0,24
200		0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00		0,76	21,34	3,44	3,44	0,53
230	8,80	4,3	2,1	43,3	198,0	0,0	100,0	0,0	1,5	24,6	18,4	6,1	0,9
30/10		2,33	8,12	15,6	144,6	0,03		40,0		6,9	21	3,9	0,38
185/15		0,13	0,04	1,90	8,20		0,02			13,90	4,60	1,40	0,56
240	8,80	2,5	8,2	17,5	152,8	0,0	0,0	40,0	0,0	20,8	25,6	5,3	0,9
30		2,25	2,94	22,3	125,1			5,0		14,5	45	10	1,05
190/10		0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			11,10	2,80	1,40	0,28
230	8,80	2,3	3,0	32,3	165,1	0,0	0,0	5,0	0,0	25,6	47,8	11,4	1,3
1410		19,11	26,75	178,55	1022,07	0,16	103,68	53,50	5,75	155,32	215,23	69,30	6,31

Примерное циклическое меню на сумму дотации для учащихся общеобразовательных учреждений

2 - я неделя

Из Сбор. рац. На период для обучающихся
Во всех образовательных учреждениях
37/6/2017

Наименование блюд

ПОНЕДЕЛЬНИК

табл. 6 стр. 136. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Делю + 2012
37/6/2017

Вафли

Чай с сахаром и яблоками

Итого:

ВТОРНИК

табл. 6 стр. 136. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Делю + 2012
37/7/2017

Печенье

Чай Витаминный

Итого:

СРЕДА

промышленного производства

Булочка

Чай с сахаром

Итого:

ЧЕТВЕРГ

табл. 6 стр. 136. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Делю + 2012

Пряник

Напиток из свежих фруктов

Итого:

ПЯТНИЦА

Батон с маслом

Чай с сахаром и яблоками

Итого:

СУББОТА

табл. 6 стр. 136. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Делю + 2012
34/4/2017

Печенье

Чай с мармеладом

Итого:

ИТОГО

ИТОГО за 12 дней

Итого в среднем на 1 учащегося в день

Итого:

Выходг	Стоимость, р уб.	Белки, г	Жиры, г	Угл-ды, г	ЭЦ, ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Ca	P	Mg	Fe
30	3,30	4,25	9,0	49,07	0,02	0,04	1,5	1,425	2,25	12,75	1,5	0,15	
180/10/10	0,11	0,06	10,97	44,66	0,01	1,02	12,89	4,13	2,49	0,53			
230	8,80	3,41	4,31	20,00	93,73	0,02	1,06	1,50	1,43	15,14	16,88	3,99	0,68
30	2,25	2,94	22,3	125,1				5,0		14,5	45	10	1,05
185/10/5	0,13	0,02	10,20	40,20		2,83			0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
230	8,80	2,4	3,0	32,5	165,3	0,0	2,8	5,0	0,0	28,6	49,4	12,4	1,4
50	3,64	6,26	22,0	159	0,06			2,0	2,33	9,9	35,0	13,7	0,65
180/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03				11,10	2,80	1,40	0,28
250	8,80	3,7	6,3	32,0	199,0	0,1	0,0	2,0	2,3	21,0	37,8	15,1	0,9
30	3,60	1,77	22,5	109,8	0,02				0,72	3,3	15	2,7	0,24
200	0,34	0,17	11,48	63,60	0,02	3,17	0,00	0,00	0,13	16,67	7,05	7,78	0,88
230	8,80	3,9	1,9	34,0	173,4	0,0	3,2	0,0	0,9	20,0	22,1	10,5	1,1
30/10	2,33	8,12	15,6	144,6	0,03			40,0		6,9	21	3,9	0,38
180/10/10	0,11	0,06	10,97	44,66	0,01	1,02				12,89	4,13	2,49	0,53
240	8,80	2,4	8,2	26,5	189,3	0,0	1,0	40,0	0,0	19,8	25,1	6,4	0,9
30	2,25	2,94	22,3	125,1				5,0		14,5	45	10	1,05
185/15	0,56	0,09	12,01	92,80	0,02	0,73	0,00	0,00	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70
230	8,80	2,9	3,0	34,3	217,9	0,0	0,7	5,0	0,5	47,0	58,4	27,5	1,7
1410	18,79	26,70	179,31	1038,59	0,18	8,84	53,50		5,12	151,43	219,70	75,82	6,78
2820	37,90	53,45	357,86	2060,66	0,34	112,51	107,00		10,88	306,75	434,93	145,12	13,09
235	3,16	4,45	29,82	171,72	0,03	9,38	8,92		0,91	25,56	36,24	12,09	1,09