

Согласовано
Руководитель образовательного учреждения

Разработано и утверждено
Директор ООО "АБК- Пэймент"
Р.Р.Рахматуллин

Примерное циклическое двенадцатидневное меню
Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов
образовательных организаций Республики Татарстан



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНEDЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-Й КЛАССОВОЙ ПОДГОТОВКИ

№ 52 Сбор.реч. На прод-но для обнч. Во всех образ.учреж-дели - 2017	Салат из свеклы отварной	60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0,00	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79
№ 294 Сбор.реч. На прод-но для обнч. Во всех образ.учреж-дели - 2017	Котлеты из мяса кур	90	11,85	8,06	18,53	198,00	0,18	0,81	12,42	61,47	51,64	69,30	19,98	3,24
№ 312 Сбор.реч. На прод-но для обнч. Во всех образ.учреж-дели - 2017	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,13	8,43	20,51	170,25	0,14	18,16	20,00	0,23	38,18	88,10	27,75	1,02
№ 376 Сбор.реч. На прод-но для обнч. Во всех образ.учреж-дели - 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00	0,03				10,95	2,80	1,40	0,26
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 144, 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	35	2,660	0,280	17,220	82	0,039	0	0	0,385	7,000	22,750	4,900	0,385
	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	9,900	50	0,043	0	0	0,350	7,250	37,500	11,750	0,975
	Итого:	565	20,20	20,70	81,11	595,68	0,41	22,99	32,42	64,06	136,30	244,82	78,20	6,67
4 день														
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 №279,331 Сбор.реч. На прод-но для питания детей дошк образует 1чечн. Дели +	Пюсады и ягоды свежие (Мандарины)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	38,00	0,20	35,00	17,00	11,00	0,10	
№ 203 Сбор.реч. На прод-но для обуч. Во всех образ.учреж-дели 2017 ТТК	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,284	11,790	8,738	133,99	0,048	0,276	29,420	0,421	20,726	80,202	15,521	0,640
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 134, 2012 Дели +	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,10	2,85	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
	(C) Напиток из замороженных ягод (красная смородина) (75	200	0,06	0,08	11,62	88,60	0,01	40,00	0,06	7,80	6,60	6,60	0,30	0,32
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	0	0	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Итого:	573	14,76	15,08	69,66	483,69	0,20	78,28	41,62	1,70	79,44	154,87	44,24	2,14
5 день														
№ 280 Сбор.реч. На прод-но для обнч. Во всех образ.учреж-дели - 2017	Фрикадельки в сметанно-томатном соусе	55/50	8,50	11,21	10,61	180,00	0,04	0,27	16,31	2,67	24,45	79,59	14,19	5,29
№ 171 Сбор.реч. На прод-но для обнч. Во всех образ.учреж-дели 2017	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	8,21	8,72	38,71	276,75	0,21	0,00	20,00	0,66	16,02	205,43	135,83	4,57
№ 376 Сбор.реч. На прод-но для обнч. Во всех образ.учреж-дели 2017	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10	0,11	0,06	10,990	45	0,003	1,03	0,02	12,700	3,9	2,3	0,500	
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 144, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1,320	0,240	7,920	40	0,034	0	0	0,280	5,800	30,000	9,400	0,780
	Итого:	505	20,04	20,43	80,53	600,15	0,31	1,30	36,31	3,90	63,97	335,17	165,22	11,42
6 день														
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184, 2012,дели +	Пюсады и ягоды свежие (яблочки)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,2	16	11	9	2,2	
№ 390,391,392 Сбор.реч. На прод-но для обнч. Во всех образ.учреж-дели 2017	Гельмени мясные отварные с маслом сливочным	170/5	14,840	17,868	40,822	346,25	0,145	0,333	38,547	0,007	21,021	109,791	31,778	0,831
№48 Сбор.реч. На прод-но для обнч. Во всех образ.учреж-дели 2017	Компот из яблока (75С)	200	0,35	0,08	22,86	94,20	0,02	0,00	0,00	0,08	20,11	19,36	8,12	0,43

