

Согласовано
Руководитель общеобразовательного учреждения

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

Утверждено: _____
Директор ООО "АБК-Пэймент"
Рахматуллин Р.Р.

Согласовано _____
Руководитель образовательного
учреждения

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

1 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК

Меню дополнительного питания

№ 82, 105 Сбор. рецепт. На прод- но для общ. Во всех образ. учрежд. Делен 2017	Ворщи из св. капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/15/7	4,97	7,73	11,30	144,48	0,06	10,78	9,99	2,52	59,11	90,00	31,58	1,47
№ 376 Сбор. рецепт. На прод- но для общ. Во всех образ. учрежд. Делен 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40	0	0,03	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
табл. 6 стр. 134, 144 Хлеб, Сметана и заправка русских продуктов питания Делен + 2012	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
	Итого:	512	7,88	8,15	39,07	271,08	0,12	10,81	9,99	3,02	79,86	135,80	45,18	2,74

ВТОРНИК

Меню дополнительного питания

№ 289 Сбор. рецепт. На прод- но для общ. Во всех образ. учрежд. Делен 2017	Рагу из птицы	50/200	13,08	13,18	24,22	268,60	0,10	17,42	5,90	2,86	42,80	123,92	55,84	2,51
№ 377 Сбор. рецепт. На прод- но для общ. Во всех образ. учрежд. Делен 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
табл. 6 стр. 134, 144 Хлеб, Сметана и заправка русских продуктов питания Делен + 2012	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
	Итого:	490	16,03	13,60	52,13	396,52	0,16	19,45	5,90	3,37	65,85	170,88	70,20	3,84

СРЕДА

Меню дополнительного питания

№ 102,105 Сбор рецептур. На пропуск для общ. Во всех образц. учеб. Делен 2017

Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками 250/15 8,48 7,03 16,65 177,65 0,24 5,90 3,00 2,52 45,90 119,23 40,40 2,28

№ 425 Сбор рецептур. На пропуск для общ. Во всех образц. учеб. Делен 2017

Булочка "Дорожная" 50 3,39 6,98 21,07 160,5 0,06 0 0 2,55 9,3 32,1 13,1 0,6

№ 348 Сбор рецептур. На пропуск для общ. Во всех образц. учеб. Делен 2017

Компот из сухофруктов 200 0,66 0,09 22,01 92,80 0,02 0,73 0,00 0,51 32,48 23,44 17,46 0,70

табл 6 стр. 144. Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Делен + 2012

Хлеб ржаной 20 1,32 0,24 7,92 39,60 0,03 0,00 0 0,28 5,80 30,00 9,40 0,78

Итого: 535 13,85 14,34 67,65 470,55 0,35 6,63 3,00 5,86 93,48 204,77 80,36 4,36

ЧЕТВЕРГ

Меню дополнительного питания

№ 294 Сбор рецептур. На пропуск для общ. Во всех образц. учеб. Делен 2017, №366 домашнее. 2016г

Котлеты из мяса кур в томатном соусе 80/20 14,12 8,4406 14,516 190,9 0,164 1,195 15,84 54,692 49,08 66,048 20,06 2,976

№ 171 Сбор рецептур. На пропуск для общ. Во всех образц. учеб. Делен 2017

Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 180/3 10,55 4,93 47,71 276,56 0,25 0,00 11,98 0,50 29,51 249,72 ##### 5,66

ТК табл 6 стр. 134,144. Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания

Кисель 200 0,24 0,12 25,76 105,08 0 80 0 0,18 8,2 6,42 0,96 0,28

Итого: 523 27,75 13,89 105,75 659,14 0,47 81,20 27,82 55,87 96,59 365,19 ##### 9,91

ПЯТНИЦА

Меню дополнительного питания

№ 271 Сбор рецептур. На пропуск для общ. Во всех образц. учеб. Делен 2017

Котлеты домашние 90 12,21 15,51 9,11 224,40 0,15 0,22 3,08 2,55 15,16 117,61 18,08 1,91

№ 304 Сбор рецептур. На пропуск для общ. Во всех образц. учеб. Делен 2017

Рис отварной 180 4,38 6,45 44,02 251,64 0,03 0 0 0,34 1,64 73,13 19,6 0,63

№ 377 Сбор рецептур. На пропуск для общ. Во всех образц. учеб. Делен 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

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

Хлеб ржаной/пшеничный 20/20 2,84 0,4 17,76 86,6 0,056 0 0 0,5 9,8 43 12,2 1

Итого: 510 19,54 22,38 81,04 603,96 0,24 2,25 3,08 3,40 39,85 237,70 52,04 3,87

СУББОТА

Меню дополнительного питания

№ 98 Сборщик. На проч-но
для общ. Во всех
образ уржеж-Дели 2017
сметанной

табли 6 стр 136 Дели +2012
Печенье

ТТК составлена на
основании акта проверки
2019 г от 29.10.19
Напиток из изюма

табли 6 стр 144 Хлеб. Состав и
калорийность российских
продуктов питания Дели +
2012
Хлеб ржаной

Итого:	250/10/7	4,00	7,82	6,38	113,78	0,05	10,14	12,81	2,41	47,39	54,24	16,83	0,78
	50	3,75	4,9	37,2	208,50	0,04	0,00	5	1,75	14,5	45	10	1,05
	200	0,35	0,08	19,85	82,20	0,02	0,00	0,00	0,08	20,32	19,36	8,12	0,45
	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:	537	9,42	13,04	71,35	444,08	0,14	10,14	17,81	4,52	88,01	148,60	44,35	3,06
Всего за 6 дней:	3107	94,48	85,39	416,98	2845,33	1,48	130,47	67,60	76,03	#####	1262,94	#####	27,78

Примерное циклическое двенадцатидневное меню группы продленного дня для учащихся общеобразовательных учреждений
2 недели
Республики Татарстан

ПОНЕДЕЛЬНИК

Меню дополнительного питания

№ 280.331 Сбор рецептурно-диет. для общ. Во всех образц. упр. Дел. 2017	Фрикадельки мясные в томатно-сметанном соусе	55/50	8,5	11,21	10,61	180,00	0,04	0,27	16,31	2,67	24,45	79,59	14,19	5,29
№ 171 Сбор рецептурно-диет. для общ. Во всех образц. упр. Дел. 2017	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,52	2,76	47,676	256,80	0,252	0	0	0,468	28,79	248,82	168,6	5,652
№ 376 Сбор рецептурно-диет. для общ. Во всех образц. упр. Дел. 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40	0	0,03	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
табл. 6 стр. 134, 144. Хлеб. Состав и калорийность российских продуктов питания	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	2,84	0,4	17,76	86,6	0,056	0	0	0,5	9,8	43	12,2	1
Итого:		525	21,93	14,39	86,06	563,40	0,35	0,30	16,31	3,64	73,99	374,21	##	12,21

ВТОРНИК

Меню дополнительного питания

№ 88 Сбор рецептурно-диет. для общ. Во всех образц. упр. Дел. 2017	Ци из свежей капусты на куринном бульоне с картофелем с маслом и сметаной	250/10/10	4,83	6,83	8,31	120,78	0,07	15,87	10,00	2,43	59,33	78,02	25,99	1,08
№ 424 Сбор рецептурно-диет. для общ. Во всех образц. упр. Дел. 2017	Булочка обсыпанная	50	3,64	6,26	21,96	159,00	0,06	0,00	2,00	2,33	9,90	35,00	13,70	0,65
№ 342 Сбор рецептурно-диет. для общ. Во всех образц. упр. Дел. 2017	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	17,88	74,7	0,012	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,952
табл. 6 стр. 144. Хлеб. Состав и калорийность российских продуктов питания. Дел. 2012	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
Итого:		540	9,95	13,49	56,07	394,08	0,17	16,77	12,00	5,12	89,21	147,42	54,23	3,46

СРЕДА

Меню дополнительного питания

№ 234,330 Сбор. рел. На прогн-но для обрч. Во всех образц уржж-Дейн 2017

Биточки рыбные в сметанном соусе

80/20 10,04 7,21 12,80 156,83 0,06 0,26 10,85 4,06 40,24 135,50 31,66 1,19

№ 203 Сбор. рел. На прогн-но для обрч. Во всех образц уржж-Дейн 2017

Макаронны отварные с маслом сливочным

180/3 6,83 2,93 38,29 206,96 0,07 0,00 11,98 0,97 13,86 45,54 10,26 1,01

ТТК
табл 6 стр 134,144,Хмк.
Соста и калорийность
российскх продуктох питания
Дейн + 2012

Кисель

200 0,24 0,12 25,76 105,08 0 80 0 0,18 8,2 6,42 0,96 0,28

Хлеб ржаной/пшеничный

20/20 2,84 0,4 17,76 86,6 0,056 0 0 0,5 9,8 43 12,2 1

Итого: 523 19,95 10,65 94,61 555,47 0,19 80,26 22,82 5,71 72,09 230,46 55,08 3,48

ЧЕТВЕРГ

Меню дополнительного питания

ТТК мкг проработки от 25.12.2019

Жаркое из птицы

50/150 17,01 15,27 41,76 373,54 0,33 52,13 29,10 3,02 57,91 230,93 81,56 3,38

№ 376 Сбор. рел. На прогн-но для обрч. Во всех образц уржж-Дейн 2017
табл 6 стр 134,144,Хмк.
Соста и калорийность
российскх продуктох питания
Дейн + 2012

Чай с сахаром

190/10 0,07 0,02 10,01 40 0 0,03 0 0 10,95 2,8 1,4 0,265

Хлеб ржаной/пшеничный

20/20 2,84 0,4 17,76 86,6 0,056 0 0 0,5 9,8 43 12,2 1

Итого: 440 19,92 15,69 69,53 500,14 0,38 52,16 29,10 3,52 78,66 276,73 95,16 4,64

ПЯТНИЦА

Меню дополнительного питания

№ 1 Сбор. рел. На прогн-но для обрч. Во всех образц уржж-Дейн 2017

Бутерброд с маслом

40 2,36 7,49 14,89 136 0,034 40 0,44 8,4 22,5 4,2 0,35

№ 113Сбор. рел. На прогн-но для обрч. Во всех образц уржж-Дейн 2017

Суп-лапша домашняя с мясом птицы

250/15 6,11 8,35 11,67 155,45 0,06 0,86 21,32 2,71 36,67 63,35 13,75 0,93

ТТК № 310 от 25.12.2019г

Напиток из апельсина

200 0,47 0,11 14,22 72,63 0,02 31,58 0,00 0,11 18,49 12,11 6,84 0,22

табл 6 стр,144,Хмк. Соста и калорийность российскх продуктох питания /Дейн + 2012

Хлеб ржаной

20 1,32 0,24 7,92 39,60 0,03 0,00 0 0,28 5,80 30,00 9,40 0,78

Итого: 525 10,3 16,2 48,7 403,7 0,1 32,4 61,3 3,5 69,4 128,0 34,2 2,3

СУББОТА

Меню дополнительного питания

Суп картофельный с мясными фрикадельками

№ 97, 108 Сбор. рат. На прогн-
но для обрн. До всех
образ. учрещ. Делн 2017

табл 6 стр. 136 Делн +2012

Печенье

№ 342 Сбор. рат. На прогн-
но для обрн. До всех
образ. учрещ. Делн 2017

Напиток из яблок

табл 6 стр. 144 Хмк. Состав и
калорийность российских
продуктов питания Делн +
2012

Хлеб ржаной

яблок	250/15	5,33	4,59	16,98	143,40	0,14	12,07	3,00	1,37	33,68	108,86	36,23	1,43	
	50	3,75	4,9	37,2	208,50	0,04	0,00	5	1,75	14,5	45	10	1,05	
	200	0,16	0,16	17,88	74,7	0,012	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,952	
	30	2,00	0,36	12,00	60,00	0,05	0,00	0	0,42	8,79	45,45	14,24	1,18	
й	Итого:	545	11,24	10,01	84,06	0,25	12,97	8,00	3,63	71,14	203,71	65,61	4,62	
	Всего:	3098	93,25	80,42	439,03	2903,37	1,48	194,90	149,55	25,16	#####	1360,49	#####	30,69
	Всего за 12 дней:	6205	187,72	165,81	856,01	5748,70	2,96	325,37	217,15	101,19	#####	2623,43	#####	58,48
	В среднем на 1 учащегося в день	517	15,64	13,82	71,33	479,06	0,25	27,11	18,10	8,43	76,51	218,62	82,89	4,87