

СРЕДА**Меню дополнительного питания**

№ 102/105 Сбор.рек. На прок-но для обрч. Во всех образ.учреж-Дети 2017
 № 123 Сбор.рек. На прок-но для обрч. Во всех образ.учреж-Дети 2017

Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками**Булочка "Дорожная"**

№ 344 Сбор.рек. На прок-но для обрч. Во всех образ.учреж-Дети 2017

Компот из сухофруктов

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

Хлеб ржаной**Итого:****ЧЕТВЕРГ****Меню дополнительного питания**

№ 294Сбор.рек. На прок-но для обрч. Во всех образ.учреж-Дети 2017; №366 дошкольн. 2016г

Котлеты из мяса кур в томатном соусе

№ 171 Сбор.рек. На прок-но для обрч. Во всех образ.учреж-Дети 2017

Каша гречневая рассыпчатая с маслом слив

ТТК

Кисель

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

Хлеб ржаной/пшеничный**Итого:****ПЯТНИЦА****Меню дополнительного питания**

№ 271 Сбор.рек. На прок-но для обрч. Во всех образ.учреж-Дети 2017

Котлеты домашние

№ 304 Сбор.рек. На прок-но для обрч. Во всех образ.учреж-Дети 2017

Рис отварной

№ 377 Сбор.рек. На прок-но для обрч. Во всех образ.учреж-Дети 2017

Чай с сахаром и лимоном

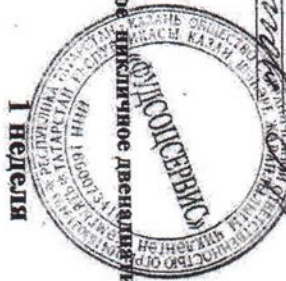
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания

Хлеб ржаной/пшеничный**Итого:**

| | | | | | | | | | | | | |
|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| 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 |
| 50 | 3,39 | 6,98 | 21,07 | 160,5 | 0,06 | 0 | 0 | 2,55 | 9,3 | 32,1 | 13,1 | 0,6 |
| 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 |
| 20 | 1,32 | 0,24 | 7,92 | 39,60 | 0,03 | 0,00 | 0 | 0,28 | 5,80 | 30,00 | 9,40 | 0,78 |
| 535 | 13,85 | 14,34 | 57,65 | 470,55 | 0,35 | 6,63 | 3,00 | 5,86 | 93,48 | 204,77 | 80,36 | 4,36 |
| 80/20 | 14,12 | 8,4406 | 14,516 | 190,9 | 0,164 | 1,195 | 15,84 | 54,692 | 49,08 | 66,048 | 20,064 | 2,976 |
| 180/3 | 10,55 | 4,93 | 47,71 | 276,56 | 0,25 | 0,00 | 11,98 | 0,50 | 29,51 | 249,72 | 168,62 | 5,66 |
| 200 | 0,24 | 0,12 | 35,76 | 145,08 | 0 | 80 | 0 | 0,18 | 8,2 | 6,42 | 0,96 | 0,28 |
| 20/20 | 2,84 | 0,4 | 17,76 | 86,6 | 0,056 | 0 | 0 | 0,5 | 9,8 | 43 | 12,2 | 1 |
| 523 | 27,75 | 13,89 | 115,75 | 699,14 | 0,47 | 81,20 | 27,82 | 55,87 | 96,59 | 365,19 | 201,85 | 9,91 |
| 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 |
| 180 | 4,38 | 6,45 | 44,02 | 251,64 | 0,03 | | | 0,34 | 1,64 | 73,13 | 19,6 | 0,63 |
| 185/10/5 | 0,112 | 0,018 | 10,15 | 41,32 | | 2,03 | 0 | 0,006 | 13,25 | 3,96 | 2,16 | 0,333 |
| 20/20 | 2,84 | 0,4 | 17,76 | 86,6 | 0,056 | 0 | 0 | 0,5 | 9,8 | 43 | 12,2 | 1 |
| 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 |

Утверждено Директор

С.А. Мухоморова



Примерное недельное меню группы продленного дня для учащихся общеобразовательных учреждений Республики Татарстан



Согласовано заместителем директора
Руководитель образовательного учреждения

№ Сб.реп. Наименование продуктов

Выход, г Белки Жиры Углебл Энергетическая ценность (ккал) В В С А Е Са Р Mg Fe

ПОНЕДЕЛЬНИК

Меню дополнительного питания

№ 82, 106 Сдоб. рол. На прок. Борщ из св. капусты с картофелем, с мясом 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
мес. для общ. Во всех месными фрикадельками, со сметаной

№ 376 Сдоб. рол. На прок. 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
мес. для общ. Во всех

Тит №656 от 28.04.2020 Блинны П/Ф с маслом сливочным 90/5 6,6 8,53 34,67 241,8 0,138 0,918 34,4 2,191 96,36 120,3 29,4 1,06

№ 616 стр. 134, 144, 145. 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
Остаток продуктов вывешивается в меню

Итого: 607 14,48 16,68 73,74 512,88 0,26 11,73 44,39 5,21 176,22 256,10 74,58 3,80

ВТОРНИК

Меню дополнительного питания

№ 289 Сдоб. рол. На прок. Рагу из пшеницы 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
мес. для общ. Во всех

№ 377 Сдоб. рол. На прок. 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
мес. для общ. Во всех

№ 378 Сдоб. рол. На прок. 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
мес. для общ. Во всех

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

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| № 234, 330 Сбор. рец. На прогн-цию для общ. Во всех общед. учрежд.-Делии 2017 | Быточки 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. рец. На прогн-цию для общ. Во всех общед. учрежд.-Делии 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 |
| табл. 6 стр. 136 Хим. Состав и калор. ценности продуктов питания Делии + 2012 | Печенье | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,30 | 125,10 | | | 5,00 | | 14,50 | 45,00 | 10,00 | 1,05 |
| табл. 6 стр. 134, 144 Хим. Состав и калор. ценности продуктов питания Делии + 2012 | Кисель | 200 | 0,24 | 0,12 | 35,76 | 145,08 | 0 | 80 | 0 | 0,18 | 8,2 | 6,42 | 0,96 | 0,28 |
| табл. 6 стр. 134, 144 Хим. Состав и калор. ценности продуктов питания Делии + 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: | 553 | 22,20 | 13,59 | 126,91 | 720,57 | 0,19 | 80,26 | 27,82 | 5,71 | 86,59 | 275,46 | 65,08 | 4,53 |

ЧЕТВЕРГ

Меню дополнительного питания

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| ТТК мкт 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. рец. На прогн-цию для общ. Во всех общед. учрежд.-Делии 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 Хим. Состав и калор. ценности продуктов питания Делии + 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: | 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. рец. На прогн-цию для общ. Во всех общед. учрежд.-Делии 2017 | Бутерброд с маслом слив с сыром | 50 | 6,27 | 7,86 | 14,83 | 155 | 0,04 | 0,11 | 51,5 | 0,45 | 157,2 | 111 | 12,45 | 0,45 |
| № 113 Сбор. рец. На прогн-цию для общ. Во всех общед. учрежд.-Делии 2017 | Сул-ляппа 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 апельсинов | 200 | 0,47 | 0,11 | 24,22 | 102,63 | 0,02 | 31,58 | 0,00 | 0,11 | 18,49 | 12,11 | 6,84 | 0,22 |
| табл. 6 стр. 144 Хим. Состав и калор. ценности продуктов питания Делии + 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 | 14,2 | 16,6 | 58,6 | 452,7 | 0,2 | 32,5 | 72,8 | 3,5 | 218,2 | 216,5 | 42,4 | 2,4 |

СУББОТА

Меню дополнительного питания

№ 98 Сбор рец. На прод-но для общ. Во всех образц. Учреж.-Дети 2017
табл. 6 стр. 136 Дети +2012

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| Супл. крестьянский с крупой с пшпцей, со сметаной | 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 |
| Печенье | 50 | 3,75 | 4,9 | 37,2 | 208,50 | 0,04 | 0,00 | 5 | 1,75 | 14,5 | 45 | 10 | 1,05 |
| Напиток из ягод | 200 | 0,35 | 0,08 | 19,85 | 82,20 | 0,02 | 0,00 | 0 | 0,08 | 20,32 | 19,36 | 8,12 | 0,45 |
| 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: | 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 |

ТТК составлена на основании акта пробной 2019 г от 29.10.19
табл. 6 стр. 14, Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012

Всего за 6 дней: 3202 101,08 93,93 451,65 3127,13 1,61 131,39 102,00 78,22 559,99 1383,24 523,38 28,84

2 недели

ПОНЕДЕЛЬНИК

Меню дополнительного питания

№ 200,331 Сбор рец. На прод-но для общ. Во всех образц. Учреж.-Дети 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 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,52 | 2,76 | 47,676 | 256,80 | 0,252 | 0 | 0 | 0,468 | 28,788 | 248,82 | 168,62 | 5,652 |
| 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: | 525 | 21,93 | 14,39 | 86,06 | 563,40 | 0,35 | 0,30 | 16,31 | 3,64 | 73,99 | 374,21 | 196,41 | 12,21 |

№ 171 Сбор рец. На прод-но для общ. Во всех образц. Учреж.-Дети 2017

№ 376 Сбор рец. На прод-но для общ. Во всех образц. Учреж.-Дети 2017
табл. 6 стр. 134, 144, Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания

ВТОРНИК

Меню дополнительного питания

Пи из свежей капусты на куринном бульоне с картофелем с мясом и сметаной

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------|------|------|------|--------|------|-------|-------|------|-------|-------|-------|------|
| Бульон с картофелем с мясом 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 рец. На прод-но для общ. Во всех образц. Учреж.-Дети 2017

Булочка обсыпанная

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|----|------|------|-------|--------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|
| 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 рец. На прод-но для общ. Во всех образц. Учреж.-Дети 2017

Компот из свежих яблок

| | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|-----|------|------|-------|-------|-------|-----|---|------|-------|-----|------|-------|
| 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. 6 стр. 144, Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дети + 2012

Хлеб ржаной

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| 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 | 66,07 | 433,98 | 0,17 | 16,77 | 12,00 | 5,12 | 89,21 | 147,42 | 54,23 | 3,46 |

СУББОТА

Меню дополнительного питания

Супп картофельный с мясными фрикадельками

№ 97,103 Сбор.рек. На прог-
но для общ. Во всех
образ.учреж.-Дети 2017

Печенье

табл 6 стр 136 Дети +2012

Напиток из яблок

№ 342 Сбор.рек. На прог-
но для общ. Во всех
образ.учреж.-Дети 2017

Хлеб ржаной

табл 6 стр.141. Хлеб. Состав и
калорийность российских
продуктов питания Дети +
2012

В среднем на 1 учащегося в день

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 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 | 27,88 | 114,6 | 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 | |
| Итого: | 545 | 11,24 | 10,01 | 94,06 | 526,50 | 0,25 | 12,97 | 8,00 | 3,63 | 71,14 | 203,71 | 65,61 | 4,62 |
| Всего: | 3138 | 99,41 | 83,73 | 501,28 | 3197,27 | 1,49 | 195,01 | 166,05 | 25,17 | 617,76 | 1493,99 | 518,93 | 31,84 |
| Всего за 12 дней: | 6340 | 200,49 | 177,65 | 952,92 | 6324,40 | 3,10 | 326,40 | 268,05 | 103,39 | 1177,76 | 2877,23 | 1042,31 | 60,69 |
| | 528 | 16,71 | 14,80 | 79,41 | 527,03 | 0,26 | 27,20 | 22,34 | 8,62 | 98,15 | 239,77 | 86,86 | 5,06 |