



Циклическое двенадцатидневное меню для учащихся Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
 "Средняя общеобразовательная школа №5" муниципального образования "Ленингорский муниципальный район"
 Республики Татарстан (полдник) с 09.01.2024г.

№ Сб.реп	Наименование продуктов	Выход,г	Белки	Жиры	Угл-ды	Энерг.ценность (ККАЛ)	В1	С	А	Е	Ca			
ПОНЕДЕЛЬНИК														
№ 96,105 Сб.реп. На прод-но для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Рассольник Ленинградский, с куриными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	3.51	7.16	12.96	135.95	0.10	8.50	8.98	2.39	38.15	70.19	26.07	1.05
ТТК	Компот из свежих яблок с изюмом	200	0.25	0.12	28.87	118.40	0.02	0.45	0.00	0.08	17.25	11.88	6.63	0.70
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого:	495	5.74	7.64	53.70	313.75	0.17	8.95	8.98	2.89	64.10	127.07	46.80	2.92
ВТОРНИК														
№ 113 Сб.реп. На прод-но для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/10	4.91	7.40	11.65	141.95	0.05	0.74	18.32	2.67	33.91	54.90	12.70	0.84
ТТК составлена на основании акта проработки 2019 г от 29.10.19	Напиток из шиповника	200	0.68	0.28	20.76	88.20	0.01	100.00	0.00	0.76	21.34	3.44	3.44	0.63
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого:	490	7.56	8.04	44.29	289.55	0.12	100.74	18.32	3.85	63.95	103.34	30.24	2.64
СРЕДА														
№155 Сб.реп. На прод-но для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	Шулла с мясом	250/10	6.36	4.97	18.84	159.08	0.11	5.80	21.05	1.68	34.68	95.14	28.32	1.41
№ 348 Сб.реп. На прод-но для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Компот из урюка	200	0.75	0.06	27.93	116.4	0.016	0.6	0	0.826	33.22	22.8	18.16	0.48
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого:	490	9.09	5.39	58.65	334.88	0.18	6.40	21.05	2.92	76.60	162.94	60.58	3.06
ЧЕТВЕРГ														
№98 Сб.реп. На прод-но для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Суп крестьянский с крупой (пшено) с куриными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	2.98	6.99	7.07	104.95	0.05	10.00	8.98	2.34	44.88	47.04	16.07	0.70
№376 Сб.реп. На прод-но для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Чай с мармеладом	190/10	0.11	0.02	12.73	51.30	0.00	0.10	0.00	0.00	4.87	3.65	2.35	0.43
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого:	495	5.07	7.37	31.68	215.65	0.10	10.10	8.98	2.76	58.45	95.69	32.51	2.29

	ПЯТНИЦА													
№ 115 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Харчо с мясом птицы, со сметаной	250/10/5	3.05	7.41	1.94	85.55	0.02	1.01	10.82	2.36	31.76	31.98	8.00	0.40
№ 349 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Компот из сухофруктов	200	0.83	0.11	40.02	166.00	0.02	0.91	0.00	0.64	40.60	29.30	21.83	0.87
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого:	495	5.86	7.88	53.83	310.95	0.09	1.91	10.82	3.41	81.06	106.28	43.93	2.44
	СУББОТА													
№ 82 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Борщ из свежей капусты с мясными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	4.27	7.53	11.15	138.05	0.06	10.93	10.82	2.51	59.49	74.05	28.60	1.42
№ 376 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0.07	0.02	15	60.00		0.03			11.1	2.8	1.4	0.28
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого:	495	6.32	7.91	38.03	257.45	0.11	10.96	10.82	2.93	79.29	121.85	44.10	2.87
	Всего за 6 дней 1 недели:	2960	39.64	44.22	280.18	1722.24	0.76	139.06	78.97	18.75	423.45	717.16	258.16	16.22

2 неделя														
	ПОНЕДЕЛЬНИК													
№ 88 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Суп картофельный с вермишелью, с куриными фрикадельками	250/10	4.05	4.16	18.25	138.85	0.12	8.35	3.98	1.45	33.80	77.99	28.72	1.24
№ 377 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 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 Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого:	490	6.14	4.54	40.28	239.57	0.17	10.38	3.98	1.87	55.75	126.95	44.98	2.74
	ВТОРНИК													
№ 88 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и сметаной	250/10/5	4.70	6.08	8.13	112.68	0.07	15.85	5.00	2.42	54.93	74.97	25.54	1.07
№ 349 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Компот из сухофруктов	200	0.83	0.11	40.02	166.00	0.02	0.91	0.00	0.64	40.60	29.30	21.83	0.87
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого:	495	7.50	6.55	60.03	338.08	0.14	16.75	5.00	3.47	104.23	149.27	61.47	3.11

	СРЕДА														
№ 86 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2016	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками	250/10	4.31	4.59	14.61	116.95	0.10	8.49	5.82	1.35	28.41	78.95	27.03	1.07	
ТТК составлена на основании акта проработки 2019 г от 29.10.19	Напиток из шиповника	200	0.68	0.28	20.76	88.20	0.01	100.00	0.00	0.76	21.34	3.44	3.44	0.63	
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17	
	Итого:	490	6.97	5.23	47.25	264.55	0.16	108.49	5.82	2.53	58.45	127.39	44.57	2.87	
	ЧЕТВЕРГ														
№ 102 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Суп картофельный с горохом, с куриными фрикадельками	250/10	6.85	6.59	17.33	168.85	0.23	5.93	3.98	2.45	47.28	98.51	37.02	2.16	
№ 376 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0.07	0.02	15	60.00		0.03			11.1	2.8	1.4	0.28	
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17	
	Итого:	490	8.90	6.97	44.21	288.25	0.28	5.96	3.98	2.87	67.08	146.31	52.52	3.61	
	ПЯТНИЦА														
№ 95Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Рассольник домашний с мясными фрикадельками	250/10	4.43	6.95	12.72	140.70	0.10	13.36	5.82	2.47	45.11	82.23	30.10	1.26	
ТТК	Компот из изюма и урюка	200	0.55	0.07	28.89	119.30	0.02	0.30	0.00	0.45	26.77	21.08	13.14	0.47	
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17	
	Итого:	490	7.0	7.4	53.5	319.4	0.2	13.7	5.8	3.3	80.6	148.3	57.3	2.9	
	СУББОТА														
Акт проработки от 16.02.2019	Солянка	250	8.03	9.15	7.19	168.63	0.06	0.80	5.88	1.58	23.73	56.55	16.75	0.58	
№376 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с мармеладом	190/10	0.11	0.02	12.73	51.30	0.00	0.10	0.00	0.00	4.87	3.65	2.35	0.43	
табл 6 стр 134,144.Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17	
	Всего:	480	10.12	9.53	31.80	279.33	0.11	0.90	5.88	2.00	37.29	105.20	33.20	2.17	
	Всего за 6 дней 2 недели:	2935	46.61	40.189	277.07	1729.187681	1.0303333	156.14	30.475	16.07	403.387	803.419	294.07	17.41	
	Всего за 12 дней:	5895	86.25	84.406	557.25	3451.425362	1.7856667	295.2	109.45	34.819	826.834	1520.58	552.23	33.63	
	В среднем на 1 учащегося в день	491	7.19	7.03	46.44	287.62	0.15	24.60	9.12	2.90	68.90	126.71	46.02	2.80	