

«СОГЛАСОВАНО»

Директор СШ № 15
А. С. Гарифуллин



« 1 » 19 2025 г

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления образования

Исполнительного комитета НМР РТ

А.Х.Гарифуллин

[Signature]

« » 2025 г

«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор

ООО «АБК-Пэймент»

Д.Х.Шакирянова

[Signature]

« 26 » ноября 2025 г

Примерное цикличное двухнедельное меню для организации бесплатного горячего питания (горячего завтрака)
для обучающихся начальных классов (7 - 11 лет) в образовательных учреждениях г. Нижнекамска и
Нижнекамского района РТ

ПИТАНИЕ

Горячий завтрак (младшие)

аб. пр. стр. 138, таб. 92 (01.12.12)

таб. 90, стр. 21, 11.12.12

Сырники из творога со сливочным маслом

чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Хлебостал и выпечка: расходуемые продукты питания таб. 6 стр. 134, 2012, 12.12.12

100
120/30
200
20
30
Итого:

0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
15,55	18,35	40,33	398,93	2,27	55,55	78,88	5,67	428,93	442,84	51,83	1,30
0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
19,52	19,29	79,85	584,33	2,37	65,58	78,88	6,51	468,61	514,64	79,13	5,14
89,90											

СУББОТА

Горячий завтрак (младшие)

аб. пр. стр. 134, таб. 6 (12.12.12)

Печенье

Курица запеченная

Каша гречневая (вязкая)

чай с сахаром и лимон

Хлеб пшеничный

Хлебостал и выпечка: расходуемые продукты питания таб. 6 стр. 134, 2012, 12.12.12

20
90
183
187/8/5
20
20
Итого:
Всего за 6 дней:
В среднем на 1 учащегося:

1,48	1,88	5,42	62,14	0,06	0,00	0,00	1,85	13,00	42,00	5,70	0,70
9,55	9,49	0	200,66	0,32	6,14	0	4,59	53,03	362,12	15	1,30
5,50	8,60	49,56	221,63	0,01	9,90	0,00	7,70	26,12	16,90	8,00	0,33
0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
19,50	20,39	80,94	605,05	0,44	18,87	0,00	14,65	116,00	468,42	43,30	3,67
115,58	118,08	496,32	3481,31	3,91	143,80	241,87	39,82	1124,57	2225,44	373,14	23,38
19,26	19,68	82,72	580,22	0,65	23,97	40,31	6,64	187,43	370,91	62,19	3,90

ООО "АБК-Геймент"

Двухнедельное меню для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска и Нижнекамского района

2 - я неделя

Наименование продуктов

ПОПЕРЕДЬНИК

Горячий завтрак (младшие)

Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)

Колбасы "Нежские" из куриных грудок

Макаронные изделия (рожки) отварные

Чай с сахаром, с яблоком

Хлеб пшеничный

Итого:

ВТОРНИК

Горячий завтрак (младшие)

Жаркое из птицы (куриных грудок)

Капуста квашеная (заморожен)

Чай с молоком и сахаром

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Итого:

СРЕДА

Горячий завтрак (младшие)

Фрукты (яблоки)

Колбасы из говядины с овощами

Каша гречневая (вязкая)

Чай с сахаром и лимоном

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Итого:

№ 36/2017г.

№ 37/2017г.

№ 38/2017г.

№ 39/2017г.

№ 40/2017г.

№ 41/2017г.

№ 42/2017г.

№ 43/2017г.

№ 44/2017г.

№ 45/2017г.

№ 46/2017г.

№ 47/2017г.

№ 48/2017г.

№ 49/2017г.

№ 50/2017г.

№ 51/2017г.

№ 52/2017г.

№ 53/2017г.

№ 54/2017г.

№ 55/2017г.

№ 56/2017г.

№ 57/2017г.

№ 58/2017г.

№ 59/2017г.

№ 60/2017г.

№ 61/2017г.

№ 62/2017г.

№ 63/2017г.

№ 64/2017г.

№ 65/2017г.

№ 66/2017г.

№ 67/2017г.

№ 68/2017г.

№ 69/2017г.

№ 70/2017г.

№ 71/2017г.

№ 72/2017г.

Выход

Стоимость

Белки

Жиры

Угле-ды

Ккал

В1

С

А

Е

Са

Р

Мg

Fe

50

90

153

200

20

513

50/150

60

200

20

20

500

100

75/25

152

187/8/5

20

30

602

6,27

6,30

5,68

0,11

1,52

19,88

14,01

1,01

1,52

1,52

1,32

19,38

0,40

10,58

4,30

0,13

1,52

1,98

18,91

7,86

9,63

2,88

0,06

0,16

20,59

15,47

3,00

1,35

0,16

0,24

20,22

0,40

10,98

6,89

0,02

0,16

0,36

18,81

14,83

21,79

31,96

8,97

9,84

87,39

52,76

5,04

8,92

53,07

47,00

614,58

403,54

51,41

53,07

47,00

594,62

39,60

84,48

0,04

0,20

0,06

0,01

0,02

0,32

0,33

0,01

0,00

0,03

0,02

0,39

52,13

8,91

0,03

0,00

0,00

0,00

61,07

29,10

0,00

6,93

0,00

0,00

0,00

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

0,28

5,80

30,00

9,40

0,78

102,10

291,94

102,36

51,50

43,01

12,00

0,00

0,00

1,02

0,00

0,00

0,00

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

3,12

219,88

344,04

71,42

3,70

3,02

57,91

230,93

81,56

3,38

0,28

7,20

1,40

0,25

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

0,28

5,80

30,00

9,40

0,78

157,20

33,88

11,91

38,07

8,62

4,13

2,49

0,53

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

3,12

219,88

344,04

71,42

3,70

3,02

57,91

230,93

81,56

3,38

0,28

7,20

1,40

0,25

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

0,28

5,80

30,00

9,40

0,78

157,20

33,88

11,91

38,07

8,62

4,13

2,49

0,53

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

3,12

219,88

344,04

71,42

3,70

3,02

57,91

230,93

81,56

3,38

ЧЕТВЕРГ

Горячий завтрак (младшие)

Печенье

стр 134, табл 6, Днев + 2012

ггк.м. 385 от 1.03.2012г.

№312/2017г.

№339/2017г.

табл 6 стр 134, 2012 Днев +

Хлеб с маслом и какао-порошком, расквашенный, приготовленный из пшеничной муки

табл 6 стр 134, 2012 Днев +

20

Биточки рыбные из минтая с молочным соусом

75/25

Пюре картофельное

Сок фруктовый

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

1,48

1,88

5,42

62,14

0,06

0,00

0,00

1,85

13,00

42,00

5,70

0,70

7,38

8,98

22,95

190,20

0,06

1,79

14,38

1,41

16,80

130,71

16,90

1,79

5,70

8,30

14,90

189,00

0,14

18,16

12,00

0,21

37,70

87,50

27,75

1,02

1,00

0,00

20,20

84,80

0,02

4,00

0,00

0,20

14,00

14,00

8,00

2,80

1,52

0,16

9,84

47,00

0,02

0,00

0,00

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

1,32

0,24

7,92

39,60

0,03

0,00

0,00

0,28

5,80

30,00

9,40

0,78

18,40

19,56

81,23

612,74

0,33

23,95

26,38

4,17

91,30

317,21

70,55

7,31

Итого:

ПЯТНИЦА

Горячий завтрак (младшие)

Фрукты (яблоко)

стр 166, табл 6/2012г

ггк.м. 385 от 01.01.2012г.

№304/2017г.

№ 382/2017г.

табл 6 стр 134, 2012 Днев +

100

Шницель куриный в томатном соусе

75/25

Рис отварной

Какао с молоком

Хлеб пшеничный

0,40

0,40

9,80

47,00

0,03

10,00

0,00

0,20

16,00

11,00

9,00

2,20

10,09

9,24

12,14

205,63

0,09

0,69

30,40

0,71

24,82

142,16

27,30

1,64

3,32

7,00

52,20

203,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

4,08

3,54

2,61

58,60

0,06

1,59

24,40

0,00

151,77

124,56

21,34

0,43

1,52

0,16

9,84

47,00

0,02

0,00

0,00

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

19,41

20,34

86,59

561,23

0,20

12,28

54,80

1,13

196,59

290,72

60,44

4,49

Итого:

СУББОТА

Горячий завтрак (младшие)

Морковь свежая (перезаморожена)

Тфтели

Пюре гороховое

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

ггк.м. 385 от 4.01.20г

№378/2017г.

№419/2017г.

№376/2017г.

табл 6 стр 134, 2012 Днев +

Хлеб с маслом и какао-порошком, расквашенный, приготовленный из пшеничной муки

табл 6 стр 134, 2012 Днев +

30

90

153

200

20

30

0,44

0,03

1,92

9,90

0,01

0,76

0,00

0,08

5,40

10,20

6,80

0,12

8,70

10,46

17,98

188,82

0,08

0,84

41,63

2,26

43,04

76,58

16,84

1,13

6,09

8,26

30,06

244,95

0,28

2,70

42,00

0,65

173,33

199,92

73,52

4,50

0,07

0,02

8,00

32,00

0,00

0,03

0,00

0,00

10,89

2,80

1,40

0,25

1,52

0,16

9,84

47,00

0,02

0,00

0,00

0,22

4,00

13,00

2,80

0,22

1,98

0,36

11,88

59,40

0,05

0,00

0,42

8,79

45,00

14,10

1,17

18,80

19,29

79,68

582,07

0,44

4,33

83,63

3,63

245,45

347,50

115,46

7,39

Итого:

Всего за 6 дней: