



Утверждаю  
Руководитель отдела образования  
Сармановского МР РТ  
Идрисова Г.Я.

**ПРИМЕРНОЕ 5 ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ обучающихся ГПД классов школ Сармановского муниципального района  
на 1 полугодие 2023-2024 учебного года**

	Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества(г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)		Витамин( мг) С	№ тех. карты
			Б	Ж	У		Са	Р		
<b>1 неделя - понедельник</b>										
обед	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне	250	1,75	4,89	8,49	84,75	43,33	47,63	18,46	ТТК 187
	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	13,8	19,35	1,2	0,73	ТТК 349
	Хлеб пшеничный в/с	50	2,72	0,49	0,49	74,6	14,43	19,5	0	ТТК 61
	<b>ИТОГО</b>		<b>5,13</b>	<b>5,47</b>	<b>40,99</b>	<b>173,15</b>	<b>77,11</b>	<b>68,33</b>	<b>19,19</b>	
<b>1 неделя - вторник</b>										
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне	250	2,69	2,84	8,73	104,75	24,6	66,65	8,25	ТТК 208
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	11,1	7,5	0,03	ТТК 376
	Хлеб пшеничный в/с	50	2,72	0,49	0,49	74,6	14,43	19,5	0	ТТК 61
	<b>ИТОГО</b>		<b>5,48</b>	<b>3,35</b>	<b>24,22</b>	<b>239,35</b>	<b>50,13</b>	<b>93,65</b>	<b>8,28</b>	
<b>1 неделя - среда</b>										
обед	Суп картофельный рисовый на м/к бульоне	250	1,98	2,74	14,58	90,75	23,05	62,55	8,25	ТТК 204
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	11,1	7,5	0,03	ТТК 376
	Хлеб пшеничный в/с	50	2,72	0,49	0,49	74,6	14,43	19,5	0	ТТК 61
	<b>ИТОГО</b>		<b>4,77</b>	<b>3,25</b>	<b>30,07</b>	<b>225,35</b>	<b>48,58</b>	<b>89,55</b>	<b>8,28</b>	
<b>1 неделя - четверг</b>										
обед	Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне	250	1,81	4,91	11,02	91,82	44,38	53,23	10,29	ТТК 170

	Кисель	200	0,2	0	32,6	132	9	4,29	30	ТТК 122
	Хлеб пшеничный в/с	50	2,72	0,49	0,49	74,6	14,43	19,5	0	ТТК 61
	ИТОГО		4,73	5,4	44,11	298,42	67,81	77,02	40,29	
1 неделя - пятница										
обед	Каша пшенная молочная	180	12,92	13,33	49,55	368	190	186	1,44	ТТК 11
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	11,1	7,5	0,03	ТТК 376
	Хлеб пшеничный в/с	50	2,72	0,49	0,49	74,6	14,43	19,5	0	ТТК 61
	ИТОГО		15,71	13,84	65,04	502,6	215,53	213	1,47	

ИТОГО за 5 дней

средняя величина за 1 день