

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ МБОУ "Каргалинская гимназия" Чистопольского
муниципального района РТ (приложение 1 к техническому заданию)**

	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорий- ность, ккал	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	1-ая неделя									
	1 день									
Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,6	0,6	14,7	70,3	24		13,5	3,3
№ 256бор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	МЯСО ТУШЕНОЕ	50\50	10,5	11,03	3,184	196	66,806	215,174	30,164	1,43
№ 379 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150	7,11	3,36	35,12	171,5	37,2	127,3	84,3	2,85
№ 379 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,53	-	9,47	40	13,6	22,13	11,73	0,1
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		22,840	15,430	84,234	583,800	152,306	415,204	150,194	8,530
	2 день									

№52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	24,58	12,54	0,80
№ 265 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	150	14,14	11,7	13,97	214,34	22,61	205,26	36,88	2,33
№ 382 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,08	3,54	17,58	118,6	152,22	111,11	21,34	0,48
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:			19,33	58,33	495,28	206,62	391,550	81,26	4,46
	3 день									
№ 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,6	0,6	14,7	70,3	24		13,5	3,3
№ 105 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70\50	10,6	9,85	4,065	223	100,53	110,071	0,077	1
№ 202 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,46	5,79	30,45	195,7	12,14	57,009	8,14	0,81
№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,02	15,2	62	14,2	1,54	2,4	0,36

№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
ио для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		20,890	16,700	86,175	657,000	161,570	219,220	34,617	6,320
4 день										
№52 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	24,58	12,54	0,80
№ 234 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	8,062	5,3	9,362	145	44,02	137,06	12	0
№ 128 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,26	9,62	18,89	181,5	43,74	98,835	28,77	1,08
№ 379Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,53	-	9,47	40	13,6	22,13	11,73	0,1
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		16,812	19,010	64,502	528,840	133,150	333,205	75,540	2,830
5 день										

прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,6	0,6	14,7	70,3	24		13,5	3,3
№ 255 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	100	12,8	6,712	24,4	199	89,43	158	0,64	0,3
№ 304 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,65	5,37	36,68	209,7	2,4	84,15	19	0,53
№ 379Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,68	15,9	100,6	125,78	132	14	0,13
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		24,320	15,802	113,440	685,600	252,310	424,750	57,640	5,110
	6 день									
№ 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,6	0,6	14,7	70,3	24		13,5	3,3
№ 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	12,3	17,66	29,85	313	57,66	201,911	26,394	0,111
№ 291 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,08	3,54	17,58	118,6	152,22	111,11	21,34	0,48

№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		21,080	22,240	83,890	607,900	244,580	363,621	71,734	4,741

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ МБОУ "Каргалинская гимназия" Чистопольского муниципального района РТ

	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорий- ность, ккал	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	2-ая неделя									
	1 день									
№ 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,6	0,6	14,7	70,3	24		13,5	3,3
№ 260 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	120	17,46	20,14	3,46	265	21,81	56,9	22,03	3,06
№ 128 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,26	9,62	18,89	181,5	43,74	98,835	28,77	1,08
№ 379Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,53	-	9,47	40	13,6	22,13	11,73	0,1
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		25,950	30,800	68,280	662,800	113,850	228,465	86,530	8,390
	2 день									
№52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	24,58	12,54	0,80

№ 291 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	14,51	14,71	28,34	364	83,07	273	205,26	2,33
№ 291 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,08	3,54	17,58	118,6	152,22	111,11	21,34	0,48
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		23,55	22,34	72,7	644,94	267,08	459,290	249,64	4,46
	3 день									
№ 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,6	0,6	14,7	70,3	24		13,5	3,3
№ 234 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	8,062	5,3	9,362	145	44,02	137,06	12	0
№ 379 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150	7,11	3,36	35,12	171,5	37,2	127,3	84,3	2,85
№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,02	15,2	62	14,2	1,54	2,4	0,36

№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		20,002	9,720	96,142	554,800	130,120	316,500	122,700	7,360
	4 день									
№25 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ПОРЦИЯМИ	60	0,819	6,049	4,807	77	20,209	23,607	12,016	0,77
№ 338 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,6	0,6	14,7	70,3	24		13,5	3,3
№ 105Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70\50	10,6	9,85	4,065	223	100,53	110,071	0,077	1
№ 202Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,46	5,79	30,45	195,7	12,14	57,009	8,14	0,81
№ 379 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,68	15,9	100,6	125,78	132	14	0,13
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		24,749	25,409	91,682	772,600	293,359	373,287	58,233	6,855

5 день										
№ 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,6	0,6	14,7	70,3	24		13,5	3,3
№ 295 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	100	12,8	6,712	24,4	199	89,43	158	0,64	0,3
№ 304 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,65	5,37	36,68	209,7	2,4	84,15	19	0,53
№ 291 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,08	3,54	17,58	118,6	152,22	111,11	21,34	0,48
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		25,230	16,662	115,120	703,600	278,750	403,860	64,980	5,460
6 день										
№ 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,6	0,6	14,7	70,3	24		13,5	3,3
№ 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РАГУ ИЗГОВЯДИНЫ	50/150	18,7	22,8	18,8	355	46,78		43,22	2,84

№ 379 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,53	-	9,47	40	13,6	22,13	11,73	0,1
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		23,930	23,840	64,730	571,300	95,080	72,730	78,950	7,090