

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 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
1-ая неделя										
1 день										
№104 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	8,89	6,59	13,5	159,8	33,37		36,69	1,61
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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:		12,990	7,030	35,260	265,800	44,070	50,600	47,190	2,460
2 день										
№ 128 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,376	6,209	29,369	191	62,141	129,781	43,971	1,641
№ 234 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	6,45	4,24	7,49	116	44,02	137,06	12	
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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:		14,926	10,889	58,619	413	116,861	317,441	66,471	2,491

№ 338 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	15,38	22,08	37,32	391	72,08	252,39	33	0,14
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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:		19,480	22,520	59,080	497,000	82,780	302,990	43,500	0,990

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 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										
№88 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	300	1,2	0,21	9,06	134	90,21	41,07	17,64	1,17
Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	МЯСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ В ТЕСТЕ	100	9,2	11,3	25	239	13			0,88
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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:		14,500	11,950	55,820	479,000	113,910	91,670	28,140	2,900
2 день										
№ 295 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	100	12,8	6,712	24,4	199	89,43	158	0,64	0,3
ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РИС ОТВАРНОЙ	200	3,65	5,37	36,68	209,7	2,4	84,15	19	0,53

№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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:		20,55	12,522	82,84	514,7	102,53	292,750	30,14	1,68
3 день										
№ 260 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	9,1	12,4	10,5	190	7,6	128,9	17,5	1,9
№ 379 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	200/5	9,48	4,48	46,820	229	51	169,8	112,4	3,8
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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:		22,680	17,320	32,260	525,000	69,300	349,300	140,400	6,550
4 день										
№ 229 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ОВОШАМИ	75/75	150	13,87	7,85	6,53	52,11	59,77	238,46	0,96

№ 128 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,376	6,209	29,369	191	62,141	129,781	43,971	1,641
прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,43	6,09	8,36	94	35,15	40,97	20,9	1,33
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76		6	19,5	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:			159,906	26,609	67,339	326,530	160,101	271,121	313,831	4,781

5 день

№104 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	8,89	6,59	13,5	160	33,37		36,69	
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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:			12,990	7,030	35,260	266,000	44,070	50,600	47,190	0,850

6 день

№ 202 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200	260,95	7,28	7,71	40,61	16,19	10,86	1,09	
№ 234 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	6,45	4,24	7,49	116	44,02	137,06	12	
	Итого:		267,400	11,520	15,200	156,610	60,210	147,920	13,090	0,000