Согласовано	Разработано и утвеждено
Руководитель общеобразовательного учреждения	Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"
	Э.Р. Хардамова

Примерное цикличное двенадцатидневное меню

Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1 по 4 КЛАССЫ

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход,г	Белки. г	Жиры, г	Углевод	Калорийно		Витамин	Витамин А,	Витамин	Са. мг	Р. мг	Мд, мг	Fe, мг
112 рецентуры		Выход,	Domini, i	жиры, г	ы, г	сть, ккал	В1, мг	С, мг	МГ	Е, мг		.,	mg, m	10,141
	1-ая неделя													
	1 день		1					I				I	T	Т
№ 59 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Салат из моркови с яблоками	60	0.64	0.10	5.11	23.94	0.03	2.63	0.00	0.21	14.40	26.72	18.23	0.64
ттк	Шницель куриный	90	8.750	10.600	8.130	198	0.180	0.810	12.42	61.470	51.642	69.300	19.980	3.240
№ 203 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5.12	4.53	31.99	189.30	0.06	0.00	20.00	0.82	12.39	38.67	8.62	0.86
№349 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Компот из сухофруктов (75С)	200	0.66	0.09	22.03	92.90	0.02	0.73	0.00	0.51	32.48	23.44	17.46	0.70
	Печенье	40	3.70	4.70	4.85	21.50	0.07	0.00	0.00	1.85	13.00	42.00	15.00	0.70
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	7.92	39.60	0.03	0.00	0.00	0.28	5.80	30.00	9.40	0.78
	Итого:	565	20.19	20.26	80.03	565.24	0.38	4.16	32.42	65.14	129.71	230.12	88.69	6.92
	2 день													
№ 15 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Сыр порционно	10	2.63	2.66	0.00	34.33	0.00	0.07	21.00	0.04	100.00	60.00	5.50	0.07
№ 260 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Гуляш из говядины	50/50	9.45	10.71	22.89	221.00	0.03	0.92		2.61	21.81	154.15	22.03	3.06
№ 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	4.61	6.32	27.79	207.00	0.21	0.00	20.00	0.45	25.19	208.85	140.52	4.72
№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0.13	0.02	10.20	42.00		2.83		0.01	14.05	4.40	2.40	0.34
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	50	3.04	0.32	19.68	94.00	0.04	0.00	0.00	0.44	8.00	26.00	5.60	0.44
	Итого:	510	19.86	20.03	80.56	598.33	0.29	3.82	41.00	3.55	169.05	453.40	176.05	8.63
	3 день													
№ 293 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017, 366/2016	Птица запеченная с томатным соусом	90/20	12.00	10.04	8.60	195.10	0.10	3.04	64.92	1.70	47.55	162.01	24.73	1.65
№ 304 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/5	3.74	7.02	39.23	209.00	0.03	0.00	20.00	0.33	2.57	62.45	16.34	0.54
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0.07	0.02	10.00	40.00		0.03			10.95	2.80	1.40	0.26
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012	Vacé guerran iš	20	1.520	0.160	9.840	47	0.022	0	0	0.220	4.000	13.000	2.800	0.220
Дели + Хим.состав и калорийность российских	Хлеб пшеничный		1		1	-							-	+
продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	7.92	39.60	0.03	0.00	0.00	0.28	5.80	30.00	9.40	0.78
	Итого:	505	18.65	17.48	75.59	530.70	0.19	3.07	84.92	2.53	70.87	270.26	54.67	3.45
N. 45 06	4 день					•	,					•	•	
№ 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -	Садат на балоконанной каруат н	60	0.79	1.95	3.88	36.24	0.01	10.26	0.00	5.03	14.98	16.98	9.05	0.28
2017	Салат из белокочанной капусты	ΟU	0.79	1.95	ა.00	30.24	0.01	10.20	0.00	ნ.სა	14.90	10.90	9.00	0.∠8



			1	1		1					1			
№ 229 Сбор.рец. На прод-ию для обуч.	Duffe Transpare & Speniera	E0/E0	0.15	5.62	7.80	105.00	0.05	3.73	5.82	2.52	39.07	162.19	48.53	0.85
Во всех образ.учреж-Дели 2017	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	9.15	5.02	7.80	105.00	0.05	3.73	5.82	2.52	39.07	102.19	48.53	0.85
№ 312 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3.10	8.43	20.51	170.25	0.14	18.16	20.00	0.23	38.18	88.10	27.75	1.02
№ 342 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Компот из свежих яблок (75 C)	200	0.16	0.16	13.91	58.74	0.01	0.90	0.00	0.08	14.18	4.40	5.14	0.95
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1.520	0.160	9.840	47	0.022	0	0	0.220	4.000	13.000	2.800	0.220
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144, 2012	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	7.92	39.60	0.03	0.00	0.00	0.28	5.80	30.00	9.40	0.78
Дели +	Итого:	555	16.04	16.56	63.86	456.83	0.03	33.05	25.82	8.37	116.21	314.67	102.67	4.10
	viioio.	555	10.04	10.50	03.00	430.03	0.21	33.03	23.02	0.57	110.21	314.07	102.07	4.10
	5 день													
Хим.состав и калорийность российских	- H													
продуктов питания табл 9 стр 184 , 2012 Дели +	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00		0.20	16.00	11.00	9.00	2.20
№ 15 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во	Cup Formacino	45	2.05	3.95	0.00	E1 E0	0.01	0.11	31.50	0.06	150.00	90.00	8.25	0.11
всех образ.учреж-Дели 2017 № 390,391,392 Сбор.рец. На прод-ию	Сыр порционно	15	3.05	3.95	0.00	51.50	0.01	0.11	31.50	0.06	150.00	90.00	8.25	0.11
для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Пельмени мясные отварные с маслом сливочным	170/5	13.04	15.868	40.822	346	0.145	0.333	38.547	0.00726	21.021	109.791	31.778	0.831
№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0.13	0.02	10.20	42.00		2.83		0.01	14.05	4.40	2.40	0.34
Хим.состав и калорийность российских														
продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94.00	0.04	0.00	0.00	0.44	8.00	26.00	5.60	0.44
	Итого:	530	19.66	20.55	80.50	580.75	0.22	13.27	70.05	0.72	209.07	241.19	57.03	3.92
									•			•		
	6 день													
№ 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2017	Салат из моркови с сахаром	60	0.74	0.06	6.58	49.02	0.03	2.02	0.00	8.04	15.46	31.66	21.63	0.40
№ 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Котлеты говяжьи	90	10.18	13.25	11.77	183.40	0.05	0.00	0.00	3.11	9.38	150.08	27.54	2.41
№ 199 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Гороховое пюре с маслом сливочным	150/5	5.62	5.04	34.99	208.50	0.50	0.00	20.00	0.50	94.11	212.33	61.70	4.69
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с мармеладом	190/10	0.09	0.02	11.91	48.15		0.03			11.25	2.95	1.70	0.29
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	20	1.520	0.160	9.840	47	0.022	0	0	0.220	4.000	13.000	2.800	0.220
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1.320	0.24	7.920	40	0.034	0	0	0.280	5.800	30.000	9.400	0.780
	Итого:	545	19.47	18.77	83.01	575.67	0.64	2.05	20.00	12.15	139.99	440.02	124.76	8.79
	Итого за 6 дней 1 недели:	3210	113.863	113.655	463.558	3307.521	1.99023	59.4096	274.207	92.4563	834.8968	1949.6609	603.8746	35.8016

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход,г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мд, мг	Fe, мг
	2-ая неделя					•	•	•	-	-	•	-	-	
	1 день													



Плоды и ягоды свежие (апельсин)	100	0.8	0.2	8.05	43	0.04	60		0.2	34	23	13	0.3
Биточки рыбные	90	9.680	8.380	4.156	156.40	0.072	0.594	8.460	4.518	64.692	166.914	37.026	1.314
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/5	3.740	7.020	39.230	209.00	0.026	0.000	20.000	0.330	2.570	62.450	16.335	0.540
Чай с сахаром,с яблоком	180/10/10	0.11	0.06	10.99	45.05	0.00	1.03		0.02	12.70	3.90	2.30	0.50
Хлеб ржаной	20	1.320	0.240	7.920	40	0.034	0	0	0.280	5.800	30.000	9.400	0.780
Итого:	565	15.65	15.90	70.35	493.05	0.17	61.62	28.46	5.35	119.76	286.26	78.06	3.43
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •													
Бутерброд с сыром (45/15)	60	7.26	4.35	22.14	157.25	0.05	0.11	31.50	0.56	159.00	119.25	14.55	0.60
Овощи тушеные с мясом	50/150	8.01	13.78	22.34	211.35	0.11	18.78	39.00	0.00	68.94	172.79	38.24	2.68
Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5	0.24	0.09	12.42	54.20	0.00	50.03	0.00	0.19	13.95	3.65	2.25	0.41
Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	82.25	0.04	0.00	0.00	0.39	7.00	22.75	4.90	0.39
Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.03	0.00	0.00	0.28	5.80	30.00	9.40	0.78
Итого:	525	20.15	18.86	86.00	564.45	0.25	68.92	70.50	1.41	254.69	348.44	69.34	4.86
la .													
3 день			1			1	ı		ı	1	I	1	1
Салат из свеклы отварной	60	0.84	3.61	4.96	55.68	0.01	3.99	0.00	1.62	21.28	24.38	12.42	0.79
Котлеты из мяса кур	90	11.85	8.06	18.53	198.00	0.18	0.81	12.42	61.47	51.64	69.30	19.98	3.24
Котлеты из мяса кур Пюре картофельное с маслом сливочным	90	11.85 3.13	8.06 8.43	18.53	198.00 170.25	0.18	0.81 18.16	12.42	61.47 0.23	51.64 38.18	69.30 88.10	19.98 27.75	3.24 1.02
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3.13	8.43	20.51	170.25		18.16			38.18	88.10	27.75	1.02
Пюре картофельное с маслом сливочным Чай с сахаром	150/5 190/10 35 25	3.13 0.07 2.660 1.650	8.43 0.02 0.280 0.300	20.51 10.00 17.220 9.900	170.25 40.00 82 50	0.14 0.039 0.043	18.16 0.03 0	0	0.23 0.385 0.350	38.18 10.95 7.000 7.250	2.80 22.750 37.500	27.75 1.40 4.900 11.750	1.02 0.26 0.385 0.975
Пюре картофельное с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150/5 190/10 35	3.13 0.07 2.660	8.43 0.02 0.280	20.51 10.00 17.220	170.25 40.00 82	0.14	18.16 0.03	20.00	0.23	38.18 10.95 7.000	88.10 2.80 22.750	27.75 1.40 4.900	1.02 0.26 0.385
Пюре картофельное с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого:	150/5 190/10 35 25	3.13 0.07 2.660 1.650	8.43 0.02 0.280 0.300	20.51 10.00 17.220 9.900	170.25 40.00 82 50	0.14 0.039 0.043	18.16 0.03 0	0	0.23 0.385 0.350	38.18 10.95 7.000 7.250	2.80 22.750 37.500	27.75 1.40 4.900 11.750	1.02 0.26 0.385 0.975
Пюре картофельное с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	150/5 190/10 35 25	3.13 0.07 2.660 1.650	8.43 0.02 0.280 0.300	20.51 10.00 17.220 9.900	170.25 40.00 82 50	0.14 0.039 0.043	18.16 0.03 0	0	0.23 0.385 0.350	38.18 10.95 7.000 7.250	2.80 22.750 37.500	27.75 1.40 4.900 11.750	1.02 0.26 0.385 0.975
Пюре картофельное с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого:	150/5 190/10 35 25	3.13 0.07 2.660 1.650	8.43 0.02 0.280 0.300	20.51 10.00 17.220 9.900	170.25 40.00 82 50	0.14 0.039 0.043	18.16 0.03 0	0	0.23 0.385 0.350	38.18 10.95 7.000 7.250	2.80 22.750 37.500	27.75 1.40 4.900 11.750	1.02 0.26 0.385 0.975
Пюре картофельное с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого: 4 день Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5 190/10 35 25 565 60/40 180/5	3.13 0.07 2.660 1.650 20.20 7.284 5.10	0.02 0.280 0.300 20.70 11.940	20.51 10.00 17.220 9.900 81.11 8.360 31.96	170.25 40.00 82 50 595.68 124 176.10	0.039 0.043 0.41 0.048	0.03 0 0 22.99	20.00 0 0 32.42 29.620	0.23 0.385 0.350 64.06 0.421 0.80	38.18 10.95 7.000 7.250 136.30 20.726 11.91	2.80 22.750 37.500 244.82 80.202 38.07	27.75 1.40 4.900 11.750 78.20 15.521 8.62	0.26 0.385 0.975 6.67 0.640 0.86
Пюре картофельное с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого: 4 день Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	150/5 190/10 35 25 565	3.13 0.07 2.660 1.650 20.20	0.02 0.280 0.300 20.70	20.51 10.00 17.220 9.900 81.11 8.360	170.25 40.00 82 50 595.68	0.14 0.039 0.043 0.41	18.16 0.03 0 0 22.99	20.00 0 0 32.42 29.620	0.23 0.385 0.350 64.06	38.18 10.95 7.000 7.250 136.30	88.10 2.80 22.750 37.500 244.82	27.75 1.40 4.900 11.750 78.20	1.02 0.26 0.385 0.975 6.67
	Биточки рыбные Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным Чай с сахаром,с яблоком Хлеб ржаной Итого: 2 день Бутерброд с сыром (45/15) Овощи тушеные с мясом Чай "Витаминный" с ягодами Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого:	Биточки рыбные 90 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 Хлеб ржаной Итого: 565 2 день Бутерброд с сыром (45/15) 60 Овощи тушеные с мясом 50/150 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 Хлеб пшеничный 35 Хлеб ржаной 30 Итого: 525	Биточки рыбные 90 9.680 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 3.740 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 Хлеб ржаной Итого: 565 15.65 2 день Бутерброд с сыром (45/15) 60 7.26 Овощи тушеные с мясом 50/150 8.01 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 0.24 Хлеб пшеничный 35 2.66 Хлеб ржаной 30 1.98 Итого: 525 20.15	Биточки рыбные 90 9.680 8.380 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 3.740 7.020 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 0.06 Хлеб ржаной 20 1.320 0.240 Итого: 565 15.65 15.90 2 день Бутерброд с сыром (45/15) 60 7.26 4.35 Овощи тушеные с мясом 50/150 8.01 13.78 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 0.24 0.09 Хлеб пшеничный 35 2.66 0.28 Хлеб ржаной 30 1.98 0.36 Итого: 525 20.15 18.86	Биточки рыбные 90 9.680 8.380 4.156 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 3.740 7.020 39.230 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 0.06 10.99 Хлеб ржаной 20 1.320 0.240 7.920 Итого: 565 15.65 15.90 70.35 2 день Бутерброд с сыром (45/15) 60 7.26 4.35 22.14 Овощи тушеные с мясом 50/150 8.01 13.78 22.34 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 0.24 0.09 12.42 Хлеб пшеничный 35 2.66 0.28 17.22 Хлеб ржаной 30 1.98 0.36 11.88 Итого: 525 20.15 18.86 86.00	Биточки рыбные 90 9.680 8.380 4.156 156.40 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 3.740 7.020 39.230 209.00 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 0.06 10.99 45.05 Хлеб ржаной 20 1.320 0.240 7.920 40 Итого: 565 15.65 15.90 70.35 493.05 2 день Бутерброд с сыром (45/15) 60 7.26 4.35 22.14 157.25 Овощи тушеные с мясом 50/150 8.01 13.78 22.34 211.35 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 0.24 0.09 12.42 54.20 Хлеб пшеничный 35 2.66 0.28 17.22 82.25 Хлеб ржаной 30 1.98 0.36 11.88 59.40 Итого: 525 20.15 18.86 86.00 564.45	Биточки рыбные 90 9.680 8.380 4.156 156.40 0.072 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 3.740 7.020 39.230 209.00 0.026 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 0.06 10.99 45.05 0.00 Хлеб ржаной 20 1.320 0.240 7.920 40 0.034 Итого: 565 15.65 15.90 70.35 493.05 0.17 2 день Бутерброд с сыром (45/15) 60 7.26 4.35 22.14 157.25 0.05 Овощи тушеные с мясом 50/150 8.01 13.78 22.34 211.35 0.11 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 0.24 0.09 12.42 54.20 0.00 Хлеб пшеничный 35 2.66 0.28 17.22 82.25 0.04 Хлеб ржаной 30 1.98 0.36 11.88 59.40 0.03 Итого: 525 20.15 18.86 86.00 564.45 0.25	Биточки рыбные 90 9.680 8.380 4.156 156.40 0.072 0.594 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 3.740 7.020 39.230 209.00 0.026 0.000 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 0.06 10.99 45.05 0.00 1.03 Хлеб ржаной 20 1.320 0.240 7.920 40 0.034 0 Итого: 565 15.65 15.90 70.35 493.05 0.17 61.62 2 день Бутерброд с сыром (45/15) 60 7.26 4.35 22.14 157.25 0.05 0.11 Овощи тушеные с мясом 50/150 8.01 13.78 22.34 211.35 0.11 18.78 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 0.24 0.09 12.42 54.20 0.00 50.03 Хлеб пшеничный 35 2.66 0.28 17.22 82.25 0.04 0.00 Хлеб ржаной 30 1.98 0.36 11.88 59.40 0.03 0.00 Итого: 525 20.15 18.86 86.00 564.45 0.25 68.92	Биточки рыбные 90 9.680 8.380 4.156 156.40 0.072 0.594 8.460 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 3.740 7.020 39.230 209.00 0.026 0.000 20.000 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 0.06 10.99 45.05 0.00 1.03 Хлеб ржаной 20 1.320 0.240 7.920 40 0.034 0 0 Итого: 565 15.65 15.90 70.35 493.05 0.17 61.62 28.46 2 день Бутерброд с сыром (45/15) 60 7.26 4.35 22.14 157.25 0.05 0.11 31.50 Овощи тушеные с мясом 50/150 8.01 13.78 22.34 211.35 0.11 18.78 39.00 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 0.24 0.09 12.42 54.20 0.00 50.03 0.00 Хлеб пшеничный 35 2.66 0.28 17.22 82.25 0.04 0.00 0.00 Хлеб ржаной 30 1.98 0.36 11.88 59.40 0.03 0.00 0.00 Итого: 525 20.15 18.86 86.00 564.45 0.25 68.92 70.50	Биточки рыбные 90 9.680 8.380 4.156 156.40 0.072 0.594 8.460 4.518 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 3.740 7.020 39.230 209.00 0.026 0.000 20.000 0.330 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 0.06 10.99 45.05 0.00 1.03 0.02 Хлеб ржаной 20 1.320 0.240 7.920 40 0.034 0 0 0.280 Итого: 565 15.65 15.90 70.35 493.05 0.17 61.62 28.46 5.35 2 день Бутерброд с сыром (45/15) 60 7.26 4.35 22.14 157.25 0.05 0.11 31.50 0.56 Овощи тушеные с мясом 50/150 8.01 13.78 22.34 211.35 0.11 18.78 39.00 0.00 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 0.24 0.09 12.42 54.20 0.00 50.03 0.00 0.19 Хлеб пшеничный 35 2.66 0.28 17.22 82.25 0.04 0.00 0.00 0.39 Хлеб ржаной 30 1.98 0.36 11.88 59.40 0.03 0.00 0.00 0.28 Итого: 525 20.15 18.86 86.00 564.45 0.25 68.92 70.50 1.41	Биточки рыбные 90 9.680 8.380 4.156 156.40 0.072 0.594 8.460 4.518 64.692 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 3.740 7.020 39.230 209.00 0.026 0.000 20.000 0.330 2.570 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 0.06 10.99 45.05 0.00 1.03 0.02 12.70 Хлеб ржаной 20 1.320 0.240 7.920 40 0.034 0 0 0 0.280 5.800 Итого: 565 15.65 15.90 70.35 493.05 0.17 61.62 28.46 5.35 119.76 2 день Бутерброд с сыром (45/15) 60 7.26 4.35 22.14 157.25 0.05 0.11 31.50 0.56 159.00 Овощи тушеные с мясом 50/150 8.01 13.78 22.34 211.35 0.11 18.78 39.00 0.00 68.94 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 0.24 0.09 12.42 54.20 0.00 50.03 0.00 0.19 13.95 Хлеб пшеничный 35 2.66 0.28 17.22 82.25 0.04 0.00 0.00 0.00 0.28 5.80 Итого: 525 20.15 18.86 86.00 564.45 0.25 68.92 70.50 1.41 254.69	Биточки рыбные 90 9.680 8.380 4.156 156.40 0.072 0.594 8.460 4.518 64.692 166.914 Рис отварной рассыпчатый с маслом спивочным 150/5 3.740 7.020 39.230 209.00 0.026 0.000 20.000 0.330 2.570 62.450 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 0.06 10.99 45.05 0.00 1.03 0.02 12.70 3.90 Хлеб ржаной 20 1.320 0.240 7.920 40 0.034 0 0 0.280 5.800 30.000 Коруженой 100 1.00 1.00 1.00 1.00 1.00 1.00 1.00	Биточки рыбные 90 9.680 8.380 4.156 156.40 0.072 0.594 8.460 4.518 64.692 166.914 37.026 Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 150/5 3.740 7.020 39.230 209.00 0.026 0.000 20.000 0.330 2.570 62.450 16.335 Чай с сахаром,с яблоком 180/10/10 0.11 0.06 10.99 45.05 0.00 1.03 0.02 12.70 3.90 2.30 Хлеб ржаной 20 1.320 0.240 7.920 40 0.034 0 0 0.280 5.800 30.000 9.400 Итого: 565 15.65 15.90 70.35 493.05 0.17 61.62 28.46 5.35 119.76 286.26 78.06 Вутерброд с сыром (45/15) 60 7.26 4.35 22.14 157.25 0.05 0.11 18.78 39.00 0.00 68.94 172.79 38.24 Чай "Витаминный" с ягодами 185/10/5 0.24 0.09 12.42 54.20 0.00 50.03 0.00 0.19 13.95 3.65 2.25 Хлеб ржаной 30 1.98 0.36 11.88 59.40 0.03 0.00 0.00 0.28 5.80 30.00 9.40 Итого: 525 20.15 18.86 86.00 564.45 0.25 68.92 70.50 1.41 254.69 348.44 69.34



No 45 Chon neu Ha nnon-wo nno	5 день	l	1	l	1	l	1							
№ 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -	Салат из свежей капусты с морковью	60	0.79	1.95	3.88	36.24	0.01	10.26	0.00	5.03	14.98	16.98	9.05	0.28
2017 № 265 Сбор.рец. На прод-ию для														
обуч. Во всех образ.учреж-Дели - 2017	Плов из говядины с рисом	50/150	16.03	18.16	45.91	415.89	0.07	1.80	0.00	4.00	18.14	242.92	51.52	3.39
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Чай с сахаром,с яблоком	180/10/10	0.11	0.06	10.990	45	0.003	1.03		0.02	12.700	3.9	2.3	0.500
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	25	1.900	0.200	12.300	59	0.028	0	0	0.275	5.000	16.250	3.500	0.275
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания,табл 6, стр 144 , 2012 Дели +	Хлеб ржаной	20	1.320	0.240	7.920	40	0.034	0	0	0.280	5.800	30.000	9.400	0.780
	Итого:	505	20.15	20.61	80.99	595.53	0.15	13.08	0.00	9.61	56.62	310.05	75.77	5.23
	I.a.													
	6 день													
Уим состав и калорийность российских				1	l					1				
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184 , 2012 Дели +	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00		0.20	16.00	11.00	9.00	2.20
продуктов питания табл 9 стр 184 , 2012	Плоды и ягоды свежие (яблоки) Котлеты говяжьи	100 90	0.40	0.40	9.80 11.77	47.00 183.40	0.03	10.00	0.00	0.20 3.11	16.00 9.38	11.00 150.08	9.00 27.54	2.20
продуктов питания табл 9 стр 184 , 2012 Дели + № 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч.									0.00					
продуктов питания табл 9 стр 184 , 2012 Дели + № 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017 № 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч.	Котлеты говяжьи	90	10.18	13.25	11.77	183.40	0.05	0.00		3.11	9.38	150.08	27.54	2.41
продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 Дели + № 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017 № 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2017	Котлеты говяжьи Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	90	10.18	13.25	11.77 27.79	183.40	0.05	0.00		3.11	9.38	150.08	27.54	2.41
продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 Дели + № 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2017 № 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2017 № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2017 Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012	Котлеты говяжьи Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Чай с сахаром	90 150/5 190/10 25 20	10.18 4.61 0.070	13.25 6.32 0.020	11.77 27.79 10.000	183.40 207.00 40	0.05	0.00	20.00	3.11	9.38 25.19 10.950	150.08 208.85 2.800	27.54 140.52 1.400	2.41 4.72 0.260
продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 Дели + № 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ учреж-Дели 2017 № 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ учреж-Дели 2017 № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ учреж-Дели 2017 Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + Хим.состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012	Котлеты говяжьи Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	90 150/5 190/10 25 20 590	10.18 4.61 0.070 1.900 1.320 18.48	13.25 6.32 0.020 0.200 0.240 20.43	11.77 27.79 10.000 12.300 7.920 79.58	183.40 207.00 40 59 40 575.75	0.05 0.21 0.028 0.034 0.36	0.00 0.00 0.030 0 0	0 0 20.00	0.45 0.275 0.280 4.32	9.38 25.19 10.950 5.000 5.800 72.32	150.08 208.85 2.800 16.250 30.000 418.98	27.54 140.52 1.400 3.500 9.400 191.36	2.41 4.72 0.260 0.275 0.780 10.65
продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 Дели + № 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ учреж-Дели 2017 № 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ учреж-Дели 2017 № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ учреж-Дели 2017 Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + Хим.состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012	Котлеты говяжьи Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого: Итого за 6 дней 2 недели:	90 150/5 190/10 25 20 590 3275	10.18 4.61 0.070 1.900 1.320 18.48 110.2	13.25 6.32 0.020 0.200 0.240 20.43 112.628	11.77 27.79 10.000 12.300 7.920 79.58 467.596	183.40 207.00 40 59 40 575.75 3274.75	0.05 0.21 0.028 0.034 0.36 1.51707	0.00 0.00 0.030 0 0 10.03 180.092	20.00 0 0 20.00 193	3.11 0.45 0.275 0.280 4.32 86.5955	9.38 25.19 10.950 5.000 5.800 72.32 698.7902	150.08 208.85 2.800 16.250 30.000 418.98 1776.8845	27.54 140.52 1.400 3.500 9.400 191.36 536.8529	2.41 4.72 0.260 0.275 0.780 10.65 34.2144
продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 Дели + № 271 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ учреж-Дели 2017 № 171 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ учреж-Дели 2017 № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ учреж-Дели 2017 Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + Хим.состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012	Котлеты говяжьи Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	90 150/5 190/10 25 20 590	10.18 4.61 0.070 1.900 1.320 18.48	13.25 6.32 0.020 0.200 0.240 20.43	11.77 27.79 10.000 12.300 7.920 79.58	183.40 207.00 40 59 40 575.75	0.05 0.21 0.028 0.034 0.36	0.00 0.00 0.030 0 0	0 0 20.00	0.45 0.275 0.280 4.32	9.38 25.19 10.950 5.000 5.800 72.32	150.08 208.85 2.800 16.250 30.000 418.98	27.54 140.52 1.400 3.500 9.400 191.36	2.41 4.72 0.260 0.275 0.780 10.65



СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 3352EC00ABAFE18B41D57D97205E0A17

Владелец: Степанов Николай Михайлович Действителен с 16.02.2023 до 16.05.2024



Лист согласования к документу № 188 от 02.09.2023 Инициатор согласования: Степанов Н.М. Директор Согласование инициировано: 02.09.2023 11:17

Лис	т согласования	Тиг	т согласования: послед о	вательное
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Степанов Н.М.		Подписано 02.09.2023 - 11:17	-