

Согласовано
Руководителя общеобразовательного учреждения

Разработано и утверждено
Директор ООО «ФУДСОЦСЕРВИС»
Э.Р. Харламова



Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации дополнительного питания обучающихся группы продленного дня
в общеобразовательных учреждениях Республики Татарстан

Директор ООО "ФУДСЕРВИС"
Харламова Э.Р.



Примерное пикетное дневное меню группы продленного дня для учащихся образовательных учреждений
Республики Татарстан

№ Сб. рен	Выходг	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергетичность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
№ 96,105 Сб.р.р. На произ- Рассольник Ленинградский, с крупными фрикадельками, со сметаной													
	250/10/5	3,51	7,16	12,96	135,95	0,10	8,50	8,98	2,39	38,15	70,19	26,07	1,05
№ 113 Сб.р.р. На произ- Суп-лапша домашняя с мясом птицы													
	250/10	4,91	7,40	11,65	141,95	0,05	0,74	18,32	2,67	33,91	54,90	12,70	0,84
№ 348 Сб.р.р. На произ- Компот из свежих яблок с изюмом													
	200	0,25	0,12	28,87	118,40	0,02	0,45	0,00	0,08	17,25	11,88	6,63	0,70
№ 113 Сб.р.р. На произ- Суп-лапша домашняя с мясом птицы													
	250/10	4,91	7,40	11,65	141,95	0,05	0,74	18,32	2,67	33,91	54,90	12,70	0,84
№ 348 Сб.р.р. На произ- Компот из свежих яблок с изюмом													
	200	0,25	0,12	28,87	118,40	0,02	0,45	0,00	0,08	17,25	11,88	6,63	0,70
№ 96,105 Сб.р.р. На произ- Рассольник Ленинградский, с крупными фрикадельками, со сметаной													
	250/10/5	3,51	7,16	12,96	135,95	0,10	8,50	8,98	2,39	38,15	70,19	26,07	1,05
Итого:													
	495	5,74	7,64	53,70	313,75	0,17	8,95	8,98	2,89	64,10	127,07	46,80	2,92
СРЕДА													
№ 155 Сб.р.р. На произ- Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне													
	250	5,92	5,55	16,14	138,25	0,16	5,81	0,00	2,44	52,28	137,98	38,30	1,81
№ 348 Сб.р.р. На произ- Компот из урожая													
	200	0,75	0,06	27,93	116,4	0,016	0,6	0	0,826	33,22	22,8	18,16	0,48
№ 348 Сб.р.р. На произ- Хлеб ржаной													
	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:													
	460	8,65	5,97	55,95	314,05	0,22	6,41	0,00	3,69	94,20	205,78	70,56	3,46
ЧЕТВЕРГ													
№ 348 Сб.р.р. На произ- Суп крестьянский с крупной (пшено) с крупными фрикадельками, со сметаной													
	250/10/5	2,98	6,99	7,07	104,95	0,05	10,00	8,98	2,34	44,88	47,04	16,07	0,70
№ 348 Сб.р.р. На произ- Чай с мармеладом													
	190/10	0,11	0,02	12,73	51,30	0,00	0,10	0,00	0,00	4,87	3,65	2,35	0,43
№ 348 Сб.р.р. На произ- Хлеб ржаной													
	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:													
	495	5,07	7,37	31,68	215,65	0,10	10,10	8,98	2,76	58,45	95,69	32,51	2,29

ПЯТНИЦА

№ 115 Сбор рец. На прозвено
для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Харчо с мясом птицы, со сметаной

№ 349 Сбор рец. На прозвено

для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Компот из сухофруктов

№ 348 Сбор рец. На прозвено

для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Хлеб ржаной

Итого:**СУББОТА**

№ 12 Сбор рец. На прозвено
для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Борщ из свежей капусты с мясными
фрикадельками, со сметаной

№ 376 Сбор рец. На прозвено

для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Чай с сахаром

№ 375 Сбор рец. На прозвено

для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Хлеб ржаной

Итого:**Всего за 6 дней 1 недели:****ПОНЕДЕЛЬНИК**

№ 88 Сбор рец. На прозвено
для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Суп картофельный с вермишелью, с куринными
фрикадельками

№ 377 Сбор рец. На прозвено

для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Чай с сахаром и лимоном

№ 378 Сбор рец. На прозвено

для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Хлеб ржаной

Итого:**ВТОРНИК**

№ 89 Сбор рец. На прозвено
для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Ци из свежей капусты с картофелем на
мясном бульоне, со сметаной

№ 349 Сбор рец. На прозвено

для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Компот из сухофруктов

№ 348 Сбор рец. На прозвено

для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2017

Хлеб ржаной

Итого:**СРЕДН**

№ 86 Сбор рец. На прозвено
для общ. Во век
образ. уржеж-Делн 2016

Суп с рисовой крупой и мясными
фрикадельками

250/10/5 3,05 7,41 1,94 85,55 0,02 1,01 10,82 2,36 31,76 31,98 8,00 0,40

200 0,83 0,11 40,02 166,00 0,02 0,91 0,00 0,64 40,60 29,30 21,83 0,87

30 1,98 0,36 11,88 59,40 0,05 0,00 0,00 0,42 8,70 45,00 14,10 1,17

Итого: 495 5,86 7,88 53,83 310,95 0,09 1,91 10,82 3,41 81,06 106,28 43,93 2,44

250/10/5 4,27 7,53 11,15 138,05 0,06 10,93 10,82 2,51 59,49 74,05 28,60 1,42

190/10 0,07 0,02 15 60,00 0,03 0,03 0,00 0,42 8,70 45,00 14,10 1,17

30 1,98 0,36 11,88 59,40 0,05 0,00 0,00 0,42 8,70 45,00 14,10 1,17

Итого: 495 6,32 7,91 38,03 257,45 0,11 10,96 10,82 2,93 79,29 121,85 44,10 2,87

Всего за 6 дней 1 недели: 2930 39,20 44,79 277,48 1701,40 0,80 139,07 57,92 19,51 441,04 759,99 268,15 16,62

250/10 4,05 4,16 18,25 138,85 0,12 8,35 3,98 1,45 33,80 77,99 28,72 1,24

185/10/5 0,112 0,018 10,15 41,32 2,03 0 0,006 13,25 3,96 2,16 0,333

30 1,98 0,36 11,88 59,40 0,05 0,00 0,00 0,42 8,70 45,00 14,10 1,17

Итого: 490 6,14 4,54 40,28 239,57 0,17 10,38 3,98 1,87 55,75 126,95 44,98 2,74

250/5 2,70 5,90 8,08 102,85 0,06 15,80 5,00 2,37 55,65 52,05 22,58 0,84

200 0,83 0,11 40,02 166,00 0,02 0,91 0,00 0,64 40,60 29,30 21,83 0,87

30 1,98 0,36 11,88 59,40 0,05 0,00 0,00 0,42 8,70 45,00 14,10 1,17

Итого: 485 5,50 6,37 59,98 328,25 0,13 16,70 5,00 3,42 104,95 126,35 58,50 2,88

250/10 4,31 4,59 14,61 116,95 0,10 8,49 5,82 1,35 28,41 78,95 27,03 1,07

ТТК составлена на основании акта переписки 2019 г. от 29.10.19

табл.6 стр. 134,144,Хим. Состав и энергетическая ценность продуктов питания Дели - 2012

ЧЕТВЕРТ

№109 Сбор рещ. На производство для обл. Во всех округах/урезе/Дели 2017

Суп картофельный с горохом на курином бульоне

№376 Сбор рещ. На производство для обл. Во всех округах/урезе/Дели 2017

Чай с сахаром

№95Сбор рещ. На производство для обл. Во всех округах/урезе/Дели 2017

Хлеб ржаной

ПЯТНИЦА

Рассольник домашний с мясными фрикадельками

Компот из изюма и урюка

Хлеб ржаной

СУББОТА

Солянка

Чай с мармеладом

Хлеб ржаной

Всего за 6 дней 2 недели:

Всего за 12 дней:

В среднем на 1 учащегося в день

200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:	6,97	5,23	47,25	264,55	0,16	108,49	5,82	2,53	58,45	127,39	44,57	2,87
250	6,29	5,47	16,54	153,25	0,23	5,83	0,00	2,43	44,68	88,10	35,58	2,05
190/10	0,07	0,02	15	60,00		0,03			11,1	2,8	1,4	0,28
30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:	8,34	5,85	43,42	272,65	0,28	5,86	0,00	2,85	64,48	135,90	51,08	3,50
250/10	4,43	6,95	12,72	140,70	0,10	13,36	5,82	2,47	45,11	82,23	30,10	1,26
200	0,55	0,07	28,89	119,30	0,02	0,30	0,00	0,45	26,77	21,08	13,14	0,47
30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Итого:	6,96	7,38	53,49	319,40	0,17	13,66	5,82	3,34	80,58	148,31	57,34	2,90
250	8,03	9,15	7,19	168,63	0,06	0,80	5,88	1,58	23,73	56,55	16,75	0,58
190/10	0,11	0,02	12,73	51,30	0,00	0,10	0,00	0,00	4,87	3,65	2,35	0,43
30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
Всего:	480	10,12	9,53	31,80	0,11	0,90	5,88	2,00	37,29	105,20	33,20	2,17
2915	44,04	38,89	276,22	1703,754348	1,018	155,99	26,495	15,998	401,502	770,092	289,66	17,06
5845	83,24	83,68	553,70	3405,16	1,82	295,06	84,42	35,51	842,54	1530,08	557,81	33,68
487	6,94	6,97	46,14	283,76	0,15	24,59	7,03	2,96	70,21	127,51	46,48	2,81