Согласовано
Руководитель общеобразовательного учреждения

Разработано и утвеждено Директор ООО "АБК-ПЭЙМЕНТ"

Р.Р.Рахматуллин

Примерное цикличное двенадцатидневное меню

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

"АБК-Пэймент"

## — Рахматуллин P.P.

## Примерное двенадцатидневное цикличное дополнительное меню группы продленного дня для учащихся образовательных учреждений Республики Татарстан 000 "АБК-Пэймент"

	табл 6 стр 144 Дели + 2012	376/2017	TTK ,AII N:657 or 28.04 2020	Nt 102/2017				Heim - You'r	ra6n 6 crp 144	№ 348/2017	TTK	Ne 88/2017				Дели +,2012	прод-ию для обуч. Во	№ 377 C6op.peu. Ha	TTK	Ne 103,288/2017		,		Дели +,2012	ra6n 6 crp 144	376/2017	TIK	Ne 84/2017			№ Сборник рецептур
	Хлеб ржано-пшеничный	Чай с сахаром	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	Суп картофельный, с мясом птицы	Меню дополнительного питания	ЧЕТВЕРГ		Итого:	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	Напиток из изюма и яблок	Плов из птицы с перловой крупой и овощами	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	Меню дополнительного питания	СРЕДА	Атого:	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	тап с сахаром и лимоном	Чай с сахаром и пимоном	Коглета из говядины с кашей геркулесовой молочной, с маслом сливочным	Суп - лапша с картофелем, с мясом птицы	Меню дополнительного питания	ВТОРНИК		Итого:	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	Чай с сахаром	Жаркое с отварной индейкой	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	Меню дополнительного питания	понедельник	Наименование продуктов
65				78 B				65			3	20			ទ	3								65			*** ( ** * * * * * * * * * * * * * * *			·	Стоимость,
673	30	200	180/3	250/10				700	20/20	200	40/160	250/10		:*:	/03	20/20		185/10/5	50/150/3	250/10				697	20/20	200	40/160	250/7			Выход,г
13,44	1,98	0,07	6,71	4,68				19,93	2,84	0,25	14,81	2,03			14,91	2,04	304	0,115	14,32	5,65				17,06	2,84	0,07	-12,17	1,98			Белки,г
11,04	0,36	0,02	5,98	4,68				15,64	0,40	0,12	8,67	6,45			20,72	20,40	040	0,025	14,19	6,10	1	100		34,56	0,40	0,02	28,17	5,97			Жиры,г
72,06	11,88	10,01	33,26	16,90			1	87,50	17,76	28,87	32,62	8,26		8	/3,03	75 63	1776	10,16	36,09	11,62			e F	59,99	17,76	10,01	21,04	11,18	7.		Угл-ды,г
454,48	59,40	40,00	214,88	140,20			d	578,95	86,60	118,40	268,00	105,95			371,12	501 12	09.98	41,70	330,27	132,55				629,16	86,60	40,00	387,47	115,09			Энер.ценность (ккал)
0,36	0,05	0	0,17	0,14	-			0,25	0,06	0,02	0,11	0,06			0,2,	0.00	0.06	0,002	0,17	0,05			Ti e	0,22	0,06	0	0,12	0,05			В1,мг
13,32	0,00	0,030	1,05	12,24				18,11	0,00	0,45	1,84	15,82			ويرون	3.75	0.00	2,030	0,72	0,50				20,01	0,00	0,030	9,28	10,70			С,мг
32,80	0,00	0	26,98	5,82				23,04	0,00	0,00	13,04	10,00			0,400	30,00	000	0	26,23	13,00		ja Ja		30,28	0,00	0	23,28	7,00			А,мкг
1,91	0,42	0	0,12	1,37				3,82	0,50	0,08	0,86	2,38			· June	4 27	0.50	0,01	1,18	2,58	3	2		6,94	0,50	0	4,02	2,42	George 1110ct		Е,мг
178,24	8,70	10,95	122,78	35,81				129,98	9,80	17,25	44,88	58,05			2,000	170.00	9.80	12,95	117,72	29,53	3		-	128,90	9,80	10,95	52,27	55,89			C2
305,97	45,00	2,8	164,04	94,13				349,66	43,00	11,88	239,68	55,10				344.82	43.00	-3,9	255,85	42,08	500			286,96	43,00	2,8	182,29	58,87	The second second		P
91,77	14,10	1,4	42,84	33,43				77,22	12,20	6,63	35,36	23,03				88.74	12.20	2	63,37	11,18				83,85	12,20	1,4	43,50	26,76		X	Mg
3,92	1,17	0,265	1,09	1,39				5,40	1,00	0,70	2,86	0,85				4.95	1.00	0,295	2,51	1,15				6,70	1,00	0,265	4,20	1,24		-	Fe

	табл 6 стр 144 Дели +,2012	№ 377 Сбор.рец. На проц-ню для обуч. Во всех образ.учреж- Деля 2017	TTK	№ 119,105/2017				, leaves	табл 6 стр 144 Дели + 2012	№ 343/2017	XII	№ 82,109/2017			Ж Сб.рец			1	табл 6 стр 144 Дели + 2012	№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ учреж-	№ 210/2017	Ni 96/2017				табл 6 стр 144 Дели +,2012	табл 6 стр 134 , 2012 Дели +	ти	N: 420/2017	итк		
Итого:	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	чай с сахаром и лимоном	Каша геркулесовая молочной с маслом сливочным	Суп гороховый, с гренками	Меню дополнительного питания	вторник	8		Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	Компот из сухофруктов	Котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным	Борщ из свежей капусты, со сметаной	Меню дополнительного питания	Понедельник	Наименование продуктов	2 неделя	Всего за 6 дней:	Итого:	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	чай с сахаром и лимоном	Омлет натуральный	Рассольник ленинградский, с мясными фрикадельками, со сметаной	Меню дополнительного питания	СУББОТА	Итого:	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Кисель	Котлета из мяса птицы с гороховым пюре с маслом сливочным	Суп картофельный с гречневой крупой	Меню дополнительного питания	АПИНТВП
65		100	80					65			ă				Стоимость, руб	2 2		65					*	*	65							,
683	20/20	185/10/5	180/3	250/10			Œ	700	20/20	200	50/150/3	250/7			Выход,г	2 (8)	4083	607	20/20	185/10/5	100	250/10/7	A:		703	30	20	200	50/150/3	250		
19,28	2,84	0,115	7,76	8,56				. 19,85	2,84	0,66	14,36	1,98			Белки,г		118,94	17,25	2,84	0,115	10,10	4,19	-		20,33	1,98	1,52	0,6	22,28	1,97		
56,28	0,40	0,025	7,75	48,10				14,05	0,40	0,09	7,59	5,97			Жиры,г		112,63	19,01	0,40	0,025	11,27	7,31			11,00	0,36	0,16	0,1	8,33	2,71		
82,95	17,76	10,16	34,17	20,86				100,99	17,76	32,01	40,03	11,18			Угл-ды,г		444,26	42,02	17,76	10,16	1,79	12,31			107,00	11,88	9,84	30,2	43,03	12,11		
942,85	86,60	41,70	238,80	575,75			*	620,55	86,60	132,80	286,06	115,09			Энер.ценность (ккал)		3320,28	415,56	86,60	41,70	149,06	138,20			001,01	59,40	47,00	123,60	335,26	85,75		1
0,57	0,06	0,002	0,21	0,31				0,28	0,06	0,02	0,16	0,05			ВІ,мг		2,11.	0,23	0,06	0,002	0,08	0,10			0,70	0,05	0,02	0,002	0,60	0,09		
4,20	0,00	2,030	1,17	1,00				11,88	0,00	0,73	0,45	10,70			С,мг		75,16	10,67	0,00	2,030	0,19	8,45	,		2,000	0,00	0,00	1,100	0,45	8,25		
30,00	0,00	0	30,00	0,00				25,88	0,00	0,00	18,88	7,00			А,мкг	at at	352,27	208,05	0,00	0	199,05	9,00			10,00	0,00	0,00	501	18,88	0,00		
23,51	0,50	0,01	0,64	22,36	v			38,38	0,50	0,51	34,96	2,42			Е,мг		56,84	3,41	0,50	0,01	0,46	2,44			50,00	0,42	0,22		34,63	1,23		
228,86	9,80	12,95	151,08	55,03				138,77	9,80	32,48	40,60	55,89			Ca		917,70	133,16	9,80	12,95	72,95	37,46				8,70	4,00	15;7	122,32	26,70	e, 3)	06
377,04	43,00	3,9	228,21	101,93				201,88	43,00	23,44	76,57	58,87			P		1958,46	290,55	43,00	3,9	161,89	81,76			200,00	45,00	13,00	16,3	250,22	55,98		
113,29	12,20	2	60,66	38,43				76,13	12,20	17,46	19,72	26,76			Mg		511,41	54,01	12,20	2	11,78	28,03	٠		2.000	14,10	2,80	3,36	72,80	22,78		
5,78	1,00	0,295	1,70	2,79	}			5,59	1,00	0,70	2,66	1,24			Fe		34,24	4,15	1,00	0,295	1,76	1,10			3-1	1,17	0,22	0,37	6,49	0,88		

-	5,34	82,76	305,17	156,34	14,10	65,69	11,53	0,34	598,81	77,10	22,27	19,34	680	65	В среднем на 1 учащегося в день	
	64,06	993,09	3662,06	1876,11	169,19	788,28	138,35	4,09	7185,70	925,17	267,22	232,07	8156		Всего за 12 дней:	(8)
	29,82	481,68	1703,60	958,41	112,35	436,01	63,19	1,98	3865,42	480,91	154,59	113,13	4073		Bcero:	
2	5,96	69,12	291,00	187,96	37,76	42,98	1,70	0,31	573,41	80,64	16,30	23,68	703	65	Итого:	
	1,00	12,20	43,00	9,80	0,50	0,00	0,00	0,06	86,60	17,76	0,40	2,84	20/20		Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	табл 6 стр 144 Дели +,2012
1	0,265	1,4	2,8	10,95	0	0	0,030	0	40,00	10,01	0,02	0,07	200		Чай с сахаром	376/2017
	3,55	44,35	203,12	137,69	34,68	29,98	1,17	0,21	314,26	41,25	9,78	15,12	50/150/3		Котлета из мяса птицы с кашей пшеничной молочной, с	MI
_	1,15	11,18	42,08	29,53	2,58	13,00	0,50	0,05	132,55	11,62	6,10	5,65	250/10		ГУп - лапша с картофелем, с мясом птицы	Ne 103,288/2017
				-	.)					0					Меню дополнительного питания	
															СУББОТА	
	-								,				all e			
	4,18	53,59	292,60	138,36	3,35	210,03	9,80	0,23	498,45	62,78	19,23	17,10	607	65	Итого:	
	1,00	12,20	43,00	9,80	0,50	0,00	0,00	0,06	86,60	17,76	0,40	2,84	20/20		<ul> <li>Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный</li> </ul>	табл 6 стр 144 Дели +,2012
	0,37	3,36	16,3	15,7			1,100	0,002	123,60	30,2	0,1	0,6	200	34	Кисель	тж
	1,76	11,78	161,89	72,95	0,46	199,05	0,19	0,08	149,06	1,79	11,27	10,10	100		Омлет натуральный	Nº 210/2017
	1,05	26,25	71,41	39,91	2,39	10,98	8,51	0,10	139,19	13,03	7,46	3,56	250/10/7		Рассольник ленинградский, с куриными фрикадельками, со сметаной	N= 96/2017
						,		: 62							Меню дополнительного питания	
Щ	-	G 3/						. s			3.		**	**************************************	АПИНТВП	
			COLUMN TO A				- C									
_	2,89	59,12	185,59	116,98	5,55	94,73	22,32	0,22	554,86	50,06	29,91	14,23	680	65	_	Hamil . Jensey
	1,00	12,20	43,00	9,80	0,50	0,00	0,00	0,06	86,60	17,76	0,40	2,84	20/20	2	<ul> <li>Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный</li> </ul>	Ta6n 6 crp 144
	0,265	1,4	2,8	10,95	0	0	0,030	0	40,00	10,01	0,02	0,07	200		Чай с сахаром	376/ 2017
	1,03	27,87	77,14	63,70	3,45	78,86	21,45	0,10	243,43	14,74	18,84	3,03	180		Овощное рагу	174/2017
	0,60	17,65	62,65	32,53	1,61	15,88	0,84	0,06	184,83	7,55	10,65	8,29	250/10		Солянка по-домашнему, со сметаной	NII ,
															Меню дополнительного питания	
,														ř.	ЧЕТВЕРГ	
	3		500,00		3,7	229.00	2090.	900	0,000		x ojoo	20400	000	9	MINIO	
	1,00	12,20	43,00	9,80	0,50	0,00	0,00	0,06	86,60	17,76	0,40	2,84	20/20	1	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	табл 6 стр 144 Дели +,2012
	0,70	6,63	88,11	17,25	80,0	0,00	0,45	0,02	118,40	28,87	0,12	0,25	200		Напиток из изюма и яблок	Ne 348/2017
1	2,52	60,20	222,90	89,99	1,93	32,40	0,86	0,16	356,30	39,99	15,48	13,54	50/150/3	(4)	Котлета из говядины с кашей пшенной молочной, с маслом сливочным	TTK
	. 1,20	31,40	77,73	30,45	1,28	0,00	12,00	0,13	114,00	16,87	2,83	2,34	250		Суп картофельный на курином бульоне	Nº 97/2017
L								13							Меню дополнительного питания	
	20			-			c				N.				СРЕДА	×
ı					it											100