



ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ АКТАУНЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ ПЕРИОД (ГПД)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества ,г			Калорийность , ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества ,мг				
			белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E		Ca	P	Mg	Fe	
	1-ая неделя															
	1 день															
	1-ый завтрак															
173/2017	Каша вязкая пшеничная молочная со слив.маслом	200/5	8,64	9,24	38,64	312	0,13	0,9	18,6	0		146,77	2,2	14,8		
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0		5,05	8,25	4,4		2,1
1/2017	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66		12	39	8,4		0,84
	Итого:		10,93	8,9	42,77	358,7	0,18	0,87	18,6	0,66		25,6	63,33	34,93		2,92
	2 день															
	1-ый завтрак															
181/2017	Каша манная молочная со слив.маслом	200/5	7,23	8,35	33,44	297,82	0,04	0	0,08	0		182	64,7	23,3		0,4
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0		5,05	8,25	4,4		0,84
1/2017	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66		12	39	8,4		0,66
	Итого:		10,13	9,5	72,67	423,8	0,1	0,27	0,08	0,66		120,4	125,8	43,43		2,06
	3 день															
	1-ый завтрак															
174/2017	Каша вязкая рисовая со слив. маслом	200/5	6,21	10,85	42,95	294	0,06	0,96	0,06	1,4		130,67	118,2	18,8		0,6
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0		5,05	8,25	4,4		0,84
1/2017	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66		12	39	8,4		0,66