

«СОГЛАСОВАНО»

*Директор ДООУ
"Сураревская СОШ" ННМР РТ
Трошева В. В.*

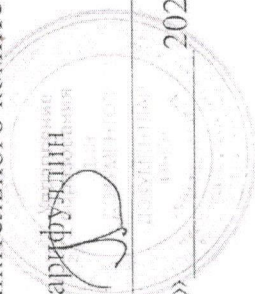


« » 2023 г

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления образования
Исполнительного комитета НМР РТ

А.Х.Гарифуллин



« » 2023 г

«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор

ООО «АБК-Пэймент»

Д.Х.Шакирянова

Д

«28» 08 2023 г

ООО «АБК-Пэймент»

Примерное циклическое меню для учащихся старших классов (с 12 лет и старше)
общеобразовательных организаций Нижнекамского района РТ

ООО "АБК-Пэймент"

Данная таблица содержит сведения о старших классах с 12 лет и старше школ Нижегородской области за 2023-2024 г.

(общедоступные сведения об организации)

130

1 - ая неделя

Наименование продуктов

ПОНЕДЕЛЬНИК

Горячий завтрак (старшие)

Шницель куриный

Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом

сливочным

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

табл. 6 стр 134, 2012 Десять
Хим. состав и калорийность
российских продуктов
питания табл. 6 стр 134,
2012 Десять

Выход

Стоимость

Белки

Жиры

Угле-ды

Калории

В1

С

А

Е

Са

Р

Н

Е

С

А

Е

Са

Р

Н

Е

Са

Р

Н

Е

Са

Р

Н

100

180/3

200

30

40

553

60,90

22,85

23,48

90,98

695,64

0,26

1,07

63,40

4,88

88,18

222,34

70,54

4,87

15,32

31,78

8,00

14,76

15,84

79,2

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,56

22,14

7,60

0,02

0,24

0,48

79,2

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,56

1,04

0,07

0,00

0,03

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,04

0,07

0,00

0,03

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,56

51,40

12

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

322,00

221,94

32,00

70,50

79,2

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

322,00

221,94

32,00

70,50

79,2

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,56

22,14

7,60

0,02

0,24

0,48

79,2

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,56

1,04

0,07

0,00

0,03

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,04

0,07

0,00

0,03

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,56

51,40

12

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

322,00

221,94

32,00

70,50

79,2

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

322,00

221,94

32,00

70,50

79,2

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,56

22,14

7,60

0,02

0,24

0,48

79,2

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,56

1,04

0,07

0,00

0,03

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,04

0,07

0,00

0,03

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,56

51,40

12

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

322,00

221,94

32,00

70,50

79,2

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

322,00

221,94

32,00

70,50

79,2

0,06

0

0

0,56

11,6

60

18,8

1,56

ЧЕТВЕРГ

Горячий завтрак (старшие)

Запеканка картофельная с мясом с маслом

сливочным

№ 284/2017г

Морков. суп (доп. гарнир)

Напиток из шиповника

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

табл 6 стр 134, 2012 Деят-
Хим. состав и калорийность
россиянских продуктов
питания табл 6 стр 134,
2012 Деят +

240/10	18,32	27,21	39,10	47,2,35	0,49	9,15	0,00	16,04	76,26	498,81	202,04	7,19
50	0,62	0,05	3,41	32,47	0,03	1,77	0,00	7,05	12,68	27,77	18,51	0,34
200	0,66	0,09	20,04	84,80	0,02	0,73	0,00	0,51	31,91	23,44	17,46	0,64
30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
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:	60,90	23,23	95,23	699,72	0,60	11,65	0,00	15,11	133,45	599,52	252,07	9,28

ПЯТНИЦА

Горячий завтрак (старшие)

Печенье

Птица тушеная в сметанно- томатном соусе

Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом

сливочным

Чай с сахаром и лимоном

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

табл 6 стр 134, 2012 Деят-
Хим. состав и калорийность
россиянских продуктов
питания табл 6 стр 134,
2012 Деят +

30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,04	0,00	0,00	1,11	7,80	25,20	9,00	0,42
50/50	11,65	11,66	3,51	166,00	0,04	0,68	30,10	0,50	30,32	79,00	16,19	0,70
180/3	6,64	7,60	31,78	221,94	0,07	0	12	1,19	6,55	45,5	25,34	1,33
187/8/5	0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
20	1,50	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
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:	60,90	23,46	97,18	670,66	0,20	3,51	42,10	3,31	68,52	197,10	65,13	3,79

СУББОТА

Горячий завтрак (старшие)

Котлеты рыбные

Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным

Напиток из сухофруктов

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

табл 6 стр 134, 2012 Деят-
Хим. состав и калорийность
россиянских продуктов
питания табл 6 стр 134,
2012 Деят +

100	12,20	8,53	10,24	181,48	0,06	0,6	0,13	0,81	55,03	171,33	15	0,00
180/3	4,41	8,63	44,06	271,44	0,03	0	12	0,37	2,36	74,03	19,6	0,64
200	0,70	0,10	32,00	132,80	0,02	0,73	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46	0,70
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
35	2,07	0,37	12,47	62,37	0,05	0,00	0,00	0,44	9,13	47,25	14,80	1,23
Итого:	60,90	22,04	98,99	710,34	0,20	1,33	12,13	2,11	106,00	338,80	71,76	2,96
3349	136,24	137,52	572,94	4087,14	1,69	58,48	183,48	27,61	590,64	1933,06	635,41	31,10
558	22,71	22,92	95,49	681,19	0,28	9,75	30,58	4,60	98,44	322,18	105,90	5,18

Всего за 6 дней:
В среднем на 1 учащегося:

2 -й раздел	Наименование продуктов	Выход	Стоим-ть	Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Ан Складской расчет ПО НЕДЕЛЬНИК Горячий завтрак (старшие) Фрукты (яблоки) Тестеры говяжий Каши гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб ржаной Итого:	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	100	50/200	11,58	10,42	11,23	184,92	0,06	0,08	28,37	0,67	0,67	22,22	122,80	22,39	1,12
	180/3	200	10,34	9,49	46,41	312,30	0,25	0,00	12,00	0,76	0,76	18,50	245,61	162,99	5,48
	200		0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
	25		1,65	0,30	9,90	49,50	0,04	0,00	0,00	0,35	0,35	7,25	37,50	11,75	0,98
	608		22,94	22,63	95,34	655,72	0,38	10,11	40,37	1,98	1,98	74,86	419,71	207,53	10,03
	100		1,23	0,09	11,47	81,7	0,06	3,36	0		13,4	25,76	52,76	36,05	0,66
	50/200		18,76	21,59	64,70	491,93	0,41	65,16	36,38	3,78	3,78	72,39	288,66	101,95	4,23
	200		0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Ан Складской расчет ПО НЕДЕЛЬНИК Горячий завтрак (старшие) Фрукты (яблоки) Тестеры говяжий Каши гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб ржаной Итого:	580		22,40	21,94	99,13	678,15	0,50	71,35	36,38	17,52	17,52	118,20	365,32	144,60	5,56
	100		7,20	9,53	5,24	71,48	0,06	0,6	0,13	0,81	0,81	55,03	171,33	15	0,00
	180/3		6,64	7,60	31,78	221,54	0,07	0	12	1,19	1,19	6,55	45,5	22,34	1,33
	1878/5		0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
	35		2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,00	0,00	0,39	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39
	35		2,07	0,37	12,47	62,37	0,05	0,00	0,00	0,44	0,44	9,13	47,25	14,80	1,23
	553		21,70	22,80	91,21	648,40	0,22	3,43	12,13	2,84	2,84	91,76	291,23	62,44	3,29
	100		13,22	15,14	35,32	322,00	0,10	1,04	51,40	2,80	2,80	53,14	94,54	20,80	1,40
	180/3		3,86	7,18	22,58	178,2	0,18	22,43	39	0,25	0,25	51,05	107,86	34,52	1,28
	200		0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
Ан Складской расчет ПО НЕДЕЛЬНИК Горячий завтрак (старшие) Фрукты (яблоки) Тестеры говяжий Каши гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб ржаной Итого:	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	40		2,64	0,48	15,84	79,2	0,06	0	0	0,56	0,56	11,6	60	18,8	1,56
	553		22,07	23,06	96,50	681,90	0,37	23,50	90,40	3,94	3,94	132,68	284,70	79,72	4,82
	100		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Ан Складской расчет ПО НЕДЕЛЬНИК Горячий завтрак (старшие) Фрукты (яблоки) Тестеры говяжий Каши гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб ржаной Итого:	170/30		19,53	18,18	48,50	552,80	0,11	1,16	154,70	1,23	253,53	361,75	42,79	1,51	
	100		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	170/30		19,53	18,18	48,50	552,80	0,11	1,16	154,70	1,23	253,53	361,75	42,79	1,51	
	100		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20

Мол. скотовод. и скот. кормопроиз- водство (содержит данные по подотрас- лям в стр. 134, 2012 И.в. и стр. 134, 2012 И.в. и стр. 134, 2012 И.в. и стр. 134, 2012 И.в.)	Напиток из сухих фруктов	2000	0,70	0,10	32,00	132,80	0,02	0,73	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46	0,70
	Хлеб пшеничный	25	1,87	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,27
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	9,90	49,50	0,04	0,00	0,00	0,35	7,25	37,50	11,75	0,98
	Итого:	550	23,52	22,18	92,50	710,85	0,23	11,89	154,70	2,16	314,26	449,94	84,50	5,66

Mitro:

СУББОТА

Горячий завтрак (старшие)

№№ п/п	Наименование	100	13,28	15,32	0,00	207,40	0,60	1,36	53,60	0,84	43,50	228,40	24,64	1,08
№892/2017г.	Курица запеченная	100	13,28	15,32	0,00	207,40	0,60	1,36	53,60	0,84	43,50	228,40	24,64	1,08
№899/2017г.	Каша пшеничная вязкая с маслом, сливочным	180/3	3,36	4,82	47,98	244,44	0,16	0	21,6	0,97	41,72	185,78	43,99	3,17
№876/2017г.	Чай с сахаром	200	0,11	0,06	8,97	36,68	20,0	1,02	0,00	0,00	12,89	4,13	2,49	0,53
№16.6. стр.134, 2012. Девят	Хлеб пшеничный	35	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Хлеб жесткий и сахаристый	Хлеб ржаной	35	1,78	0,32	10,69	53,46	0,05	0,00	0,00	0,38	7,83	40,50	12,69	1,06

Utrero:

Всего за 6 дней:

В среднем на 1 учащегося;