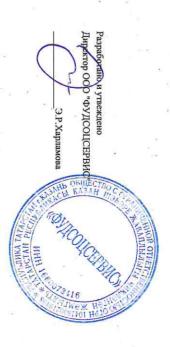
Согласовано Руководитель общеобразовательного учреждения

## Примерное цикличное двенадцатидневное меню

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



## Примерное цикличное десятидневное меню дополнительного питания для учащихся группы продленного дня образовательных учреждений Альметьевского муниципального района Республики Татарстан

Наименование продуктов	Выход,г	Белки	Жиры	Угл-ды	Энер.ценность (ККАЛ)	B1	c ,	<b>A</b>	E	Ca	P	Mg	Fe
	si .			1-22 1	1-ая неделя			*	2 N S				
иналеденоп						8	11		H	0		983	
Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками, со сметаной	250/22/10	6,41	9,03	8,43	149,09	80,0	15,93	14,40	2,52	62,78	100,79	30,11	1,19
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00	(H)	0,03		7	10,95	2,80	1,40	0,26
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,03	0,00	0,0	0,28	5,8	30	9,4	0,78
Итого:	512	8,46	9,41	30,31	248,49	0,11	15,96	14,40	2,80	79,53	133,59	40,91	2,23
		n.		)a		¥		,	#X		₹.		
вторник		2	- 49					ļ,					
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне с мясом говядины	250/10	4,77	3,09	12,16	100,58	0,10	8,30	0,00	1,28	27,98	78,89	25,74	1,11
Кисель	200	0,6	0,1	20,2	83,6	0,002	1,1	. 3		15,7	16,3	3,36	0,37
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,03	0,00	0,0	0,28	5,8	30	9,4	0,78
Итого:	490	7,35	3,55	44,24	243,58	0,13	9,40	0,00	1,56	49,48	125,19	38,50	2,26
СРЕДА			-					2					
Суп из овощей на курином бульоне с мясом птицы, со сметаной	250/10/10	4,19	8,34	9,54	137,65	0,08	10,65	15,82	2,45	49,01	71,78	23,68	0,98
Напиток из изюма	200	0,346	0,076	19,85	82,2	0,022	0	0	0,076	20,32	19,36	8,12	0,45
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,03	0,00	0,0	0,28	5,8	. 30	9,4	0,78
Итого:	500	6,51	8,78	41,27	279,25	0,14	10,65	15,82	2,80	75,13	121,14	41,20	2,21
		c					**					2	
ACT REPORT			2			8	10.70	3	2		10/57		
Шулпа с говядиной и овощами	250/25	12,04	9,26	18,75	210,40	0,09	10,50	0,00	2,45	38,06	106,57	28,17	1,36
Компот из сухофруктов	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
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,03	0,00	0,0	0,28	5,8	30	9,4	0,78
Итого:	505	14,68	9,71	52,66	362,70	0,14	11,23	0,00	3,24	76,34	160,01	55,03	2,84
•											7		

	190	,0.	, carjoo	67,40	3,7	10,10	277.	94.	02297		2500	,,000	0.4.4	211010
-	2.34	41.01	132.03	69.57	2.71	18.76	9.74	0.14	311.77	46.17	9.96	7.86	512	MTOPO:
∞	0,78	9,4	30	5,8	0,28	0,0	0,00	0,03	59,40	11,88	0,36	1,98	30	Хлеб ржаной
7	0,37	3,36	16,3	15,7			1,1	0,002	83,6	20,2	0,1	0,6	200	Кисель
9	1,19	28,25	85,73	48,07	2,43	18,76	8,64	0,10	168,77	14,09	9,50	5,28	250/22/10	Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной
8			-	£			£ .4	+						CPEJIA
2 (4)					9			¥			* 5			
	1,43	23,05	61,84	48,70	1,51	0,00	0,75	0,07	310,23	38,92	9,59	10,36	480	Итого:
	0,78	9,4	30	5,8	0,28	0,0	0,00	0,03	59,40	11,88	0,36	1,98	30	Хлеб ржаной
5	0,45	8,12	19,36	20,32	0,08	0,00	0,00	0,02	82,20	19,85	0,08	0,35	200	Напиток из изюма
	0,20	5,53	12,48	22,58	1,15	0,00	0,75	0,01	1,68,63	7,19	9,15	8,03	250	Солянка по-домашнему
		100	35 540											ВТОРНИК
					7.	-								
	2,91	55,91	130,54	102,17	3,31	15,82	11,68	0,11	298,45	45,24	8,73	7,04	500	Итого:
~	0,78	. 9,4	30	5,8	0,28	0,0	0,00	0,03	59,40	11,88	0,36	1,98	30	Хлеб ржаной
×	0,698	17,46	23,44	32,48	0,508	0	0,726	0,016	92,9	22,03	0,09	0,662	200	Компот из сухофруктов
ω	1,43	29,05	77,10	63,89	2,52	15,82	10,95	0,06	146,15	11,33	8,28	4,40	250/10/10	Борщ из свежей капусты с мясом птицы, со сметаной
				i.e.			9 5		3.0					понедельник
	*			ь.			5		еля	2-ая неделя		-		
<del> </del>	14,83	265,53	819,85	415,19	16,03	71,49	161,74	0,85	1758,01	263,36	48,19	54,59	3009	Всего за 6 дней 1 недели:
	-	44,90	137,99	64,88	2,07	26,87	5,99	0,17	349,79	59,74	6,94	8,26	490	Итого:
100	0,78	9,4	30	5,8	0,28	0,0	0,00	0,03	59,40	11,88	0,36	1,98	30	Хлеб ржаной
5	0,45	8,12	19,36	20,32	0,076			0,022	119,94	29,03	0,13	0,38	200	Компот из изюма и яблок
	1,36	27,38	88,63	38,76	1,72	26,87	5,99	0,11	170,45	18,83	6,45	5,90	250/10	Суп картофельный с клецками и с мясом птицы
	225				3 (6)	187								СУББОТА
0	2,70	45,00	141,95	69,82	3,56	14,40	108,53	0,16	274,19	35,14	9,81	9,32	512	Итого:
<b>S</b>	0,78	9,4	.30	5,8	0,28	0,0	0,00	0,03	59,40	11,88	0,36	1,98	30	Хлеб ржаной
4	0,634	3,44	3,44	21,34	0,76	0	100	0,012	48,2	10,76	0,278	0,678	200	Напиток из шиповника
•	1,29	32,16	108,51	42,68	2,52	14,40	8,53	0,11	166,59	12,50	9,17	6,67	250/22/10	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной
			ö×						÷	3)				пятница
		×	(a)	.e	55		(40)	N	e g					
					-				560 G					

		1			Š								
HETBEPT	2 -			7)	Çe.					1989		**	
Суп картофельный с фасолью, с мясными фрикадельками	250/22	9,51	7,92	16,30	176,39	0,17	5,92	4,40	2,58	55,01	183,66	45,38	2,15
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40,00	) S	0,03	2	36	10,95	2,8	1,4	0,26
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,03	0,00	0,0	0,28	5,8	30	9,4	0,78
Итого:	502	11,56	8,30	38,18	275,79	0,20	5,95	4,40	2,86	71,76	216,46	56,18	3,19
			2		7 (	29	v	3.3					
VIIIHIBU	(+)	<b>数</b>				#(F							k5
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
Чай с сахаром и с лимоном	185/10/5 ·	0,115	0,025	10,15	41,7	0,002	2,03	0	0,01	12,95	3,9	2	0,29
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,03	0,00	0,0	0,28	5,8	30	9,4	0,78
Итого:	490	7,00	7,78	33,68	243,05	0,09	2,77	18,32	2,96	52,66	88,80	24,10	1,91
СУББОТА	**		75						2 2	7			
Суп картофельный с горохом и с мясными фрикадельками	250/10	5,90	6,45	18,83	170,45	0,11	5,99	26,87	1,72	38,76	88,63	27,38	1,36
Компот из сухофруктов	200	0,662	0,09	22,03	92,9	0,016	0,726	0	0,508	32,48	23,44	17,46	0,698
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,03	0,00	0,0	0,28	5,8	30	9,4	0,78
Итого:	490	8,54	6,90	52,74	322,75	0,16	6,71	26,87	2,51	77,04	142,07	54,24	2,84
Всего за 6 дней 2 недели:	2974	52,35	51,26	254,93	1762,04	0,77	37,60	84,17	15,85	421,89	771,73	254,49	14,62
Всего за 12 дней:	5983	106,95	99,45	518,29	3520,05	1,61	199,34	155,66	31,88	837,08	1591,58	520,02	29,45
В среднем на 1 учащегося в день	499	8,91	8,29	43,19	293,34	0,13	16,61	12,97	2,66	69,76	132,63	43,34	2,45



СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 545B880090B0C79F4EBEBC5A2B2CE11F Владёлец: Епифанова Ирина Александровна Действителен с 03.10.2023 до 03.01.2025 Лист согласования к документу № 457 от 28.11.2023 Инициатор согласования: Епифанова И.А. Директор Согласование инициировано:  $28.11.2023 \ 13:37$ 

Лист	согласования		Тип согласования: 1	последовательн
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Епифанова И.А.		Подписано 28.11.2023 - 13:38	-