

Согласовано: *СМ*

Управление Роспотребнадзора
по Томской области

*Зам. нач. отдела санитарного
надзора / Ахмедов /
30.08.2017*

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель
Жукова И.В.



Циклическое меню на 10 дней

Для обеспечения питанием отдельных категорий обучающихся

**МБОУ «Кисловская СОШ»
МБОУ «Корниловская СОШ»
МАОУ «Малиновская СОШ»
МАОУ «Моряковская СОШ»
МБОУ « Мирненская СОШ»**

Томского района

из расчета 30.00 рублей в день. с 01.09.2017г

№ Рец.	Наименование блюд	Выход, Граммы	Пищевые вещества, граммы			Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.				Энергет. ценность
			Белки	жиры	углев.	Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E	
ДЕНЬ 1														
174	Каша рисовая молочная с маслом	200/20	5,06	7,09	33,35	128,89	136,64	30,12	0,46	0,06	1,17	38,0	0,16	218
3	Бутерброд с сыром и маслом	30/20/1 0	5,8	8,30	14,83	139,2	96,0	9,45	0,49	0,04	0,11	59,0	0,47	157
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	11,1	2,8	1,4	0,28	-	0,03	-	-	60,0
ИТОГО			10,93	15,41	63,18	279,19	235,44	40,97	1,23	0,1	1,31	97,0	0,63	435,0
ДЕНЬ 2														
ТТК 111	Суп с макаронными изделиями и картофелем с курицей	250/15	2,57	5,54	11,62	28,55	38,5	10,68	0,65	0,05	0,5	12,5	2,58	115,75
376	Чай с сахаром	200	0,24	0,10	21,75	8,84	7,92	7,44	0,31	0,01	48,0	-	0,17	90,36
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	16,8	43	28	11	0,63	0,016	-	-		82
	Кондитерские изделия	40	1,32	5,64	12,02									100,4
ИТОГО			6,63	11,58	62,19	80,39	74,42	29,12	1,59	0,076	48,5	12,5	2,75	388,51
ДЕНЬ 3														
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	120	8,85	9,55	39,86	26,39	210,35	140,52	4,73	0,21	-	40,0	0,50	280
ТТК 403	Мясной соус	65	21,56	10,55	1,59	21,10	21,46	35,36	1,54	0,05	0,37	-	1,44	187,6
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	16,8	43	28	11	0,63	0,016	-	-		82
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	11,1	2,8	1,4	0,28	-	0,03	-	-	60,0
ИТОГО			32,98	20,42	73,25	101,59	262,61	7,18	0,28	0,28	0,4	40	1,94	609,6

	ДЕНЬ 4														
294/ 330	Котлета куриная с соусом сметанным	50/50	8,6	11,87	11,17	31,39	50,82	13,14	0,97	0,06	0,46	53,3	1,7	181,55	
203	Макаронны отварные с маслом	150	5,73	6,08	31,98	12,75	39,45	8,55	0,86	0,06	-	30,0	0,86	205,5	
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	16,8	43	28	11	0,63	0,016	-	-	-	82	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	11,1	2,8	1,4	0,28	-	0,03	-	-	60,0	
	ИТОГО		16,9	18,27	74,95	98,24	121,07	34,09	2,74	0,34	0,49	83,3	2,56	529,05	
	ДЕНЬ 5														
182	Каша молочная пшеничная с маслом	200/20	7,47	8,09	36,98	136,9	182,87	47,60	1,22	0,19	1,17	38,0	0,16	252	
6	Бутерброд с колбасой и масло	30/20/5	5,3	8,26	14,82	11,2	59,9	9,2	0,77	0,09	-	-	0,45	155	
377	Чай с лимоном и сахаром	200	0,13	0,02	15,20	14,2	4,4	2,4	0,36	-	2,83	-	0,01	62	
	ИТОГО		12,9	16,37	67,0	162,3	247,17	59,2	2,35	0,28	4,0	38,0	0,62	469,0	
	ДЕНЬ 6														
203	Макаронны отварные с маслом	150	5,73	6,08	31,98	12,75	39,45	8,55	0,86	0,06	-	30,0	0,86	205,5	
249	Сосиска отварная	60	6,60	14,96	0,24	7,8	95,4	12,0	1,08	0,11	-	-	0,24	157,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	16,8	43	28	11	0,63	0,016	-	-	-	82	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	11,1	2,8	1,4	0,28	-	0,03	-	-	60,0	
	ИТОГО		14,9	21,36	64,02	74,65	165,65	32,95	2,85	0,19	0,03	30,0	1,1	505,3	

	ДЕНЬ 7														
174	Каша молочная рисовая с маслом	200/20	5,06	7,09	33,35	128,89	136,64	30,12	0,46	0,06	1,17	38,0	0,16	218	
2	Бутерброд с повидлом	30/30	2,40	3,87	27,83	10,0	22,80	5,60	0,60	0,04	0,1	20,0	0,39	156	
388	Напиток из шиповника	200	0,678	0,278	20,76	21,34	3,44	3,44	0,64	0,012	100	-	0,76	89	
	ИТОГО		8,14	11,24	81,94	160,23	162,88	39,16	1,7	0,11	101,27	58,0	1,31	463	
	ДЕНЬ 8														
ГТК 403	Мясной соус	65	21,56	10,55	1,59	21,10	21,46	35,36	1,54	0,05	0,37	-	1,44	187,6	
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	120	8,85	9,55	39,86	26,39	210,35	140,52	4,73	0,21	-	40,0	0,50	280	
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	16,8	43	28	11	0,63	0,016	-	-	-	82	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	11,1	2,8	1,4	0,28	-	0,03	-	-	60,0	
	ИТОГО		11,42	9,87	71,66	80,49	241,15	152,92	5,64	0,23	0,03	40,0	0,50	422,0	
	ДЕНЬ 9														
294/ 330	Котлета куриная с соусом сметанным	50/50	8,6	11,87	11,17	31,39	50,82	13,14	0,97	0,06	0,46	53,3	1,7	181,55	
203	Макаронны отварные с маслом	150	5,73	6,08	31,98	12,75	39,45	8,55	0,86	0,06	-	30,0	0,86	205,5	
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	16,8	43	28	11	0,63	0,016	-	-	-	82	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	11,1	2,8	1,4	0,28	-	0,03	-	-	60,0	
	ИТОГО		16,2	15,78	72,02	84,59	109,7	31,45	2,64	0,13	0,47	66,4	2,35	492,0	

ДЕНЬ 10

88	Щи со свежей капустой со сметаной	250/5	1,52	4,56	6,47	43,0	41,6	18,10	0,66	0,05	12,64	20	1,90	78,20	
ТТК 710/712	Компот из смородины или облепихи	200	0,11	0,08	21,27	4,2	2,8	2,56	0,064	0,0016	2,1	-	0,16	87,16	
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	16,8	43	28	11	0,63	0,016	-	-		82	
	Кондитерские изделия	30	1,32	5,64	12,02									100,4	
	ИТОГО		5,45	10,58	56,56	90,2	72,4	31,66	1,35	0,07	14,74	20	2,06	347,76	