

Федеральная служба по надзору в
сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
УПРАВЛЕНИЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА
ПО ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ
Заместитель начальника отдела
санитарного надзора
Е.А. Апсаямова



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ №

Утверждаю:
ИП Ляпко И.Г.



ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
на обеспечение питанием обучающихся 1-4 -х классов (завтрак)
в образовательных учреждениях г. Томска
из расчета 58.56 руб/чел

Федеральная служба по надзору в
сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
УПРАВЛЕНИЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА
ПО ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Согласовано:

Заместитель начальника отдела
санитарного надзора
В. В. Каширина

Утверждаю:
Директор МАОУ гимназии №6
Сорокина Е. В

Утверждаю:
ИП Ляпко И.Г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
НА ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПИТАНИЕМ
ОТДЕЛЬНЫХ КАТЕГОРИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ**

Федеральная служба по надзору в
сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
УПРАВЛЕНИЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА
ПО ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Согласовано:

Заместитель начальника отдела
санитарного надзора
Е.А. Апсаямова

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №49 :

Утверждаю:
ИП Ляпко И.Г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
НА ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПИТАНИЕМ
ОТДЕЛЬНЫХ КАТЕГОРИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ**

Цикличное меню на завтрак для обучающихся с 1 по 4 классы (58.56руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	А	В1	Е	С
День 1														
№ 21	Яйцо вареное	1 шт	62.8	5.1	4.6	0.3	98.4	42.5	145.5	1.1	0	0.2	7.1	0.4
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210.5	7	5.8	32.7	105.6	86.8	184.8	2.3	15.1	0	0	0.8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 383 / 380	Кофейный напиток	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
		Итого:	450.3	11.22	16.12	63.62	115.92	97.56	206.52	2.54	74.1	0	0	0.8
День 2														
№269	Котлета рубленая мясная (особая)	80	117.25	6.85	8	5.14	5.6	8.34	69.37	0.11	0	0	0	0
№ 305	Рис припущенный	150	176	3	4.2	31.7	7.9	21.4	66.5	0	21.4	0	0	0
№331	Соус сметанный с томатом	30	17	0.3	1.4	1.4	5	1	4.9	0.1	4	0	0	0.5
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
		Итого:	475.05	14.27	15.72	69.06	27.62	41.5	160.59	0.45	25.4	0	0	0.5
День 3														

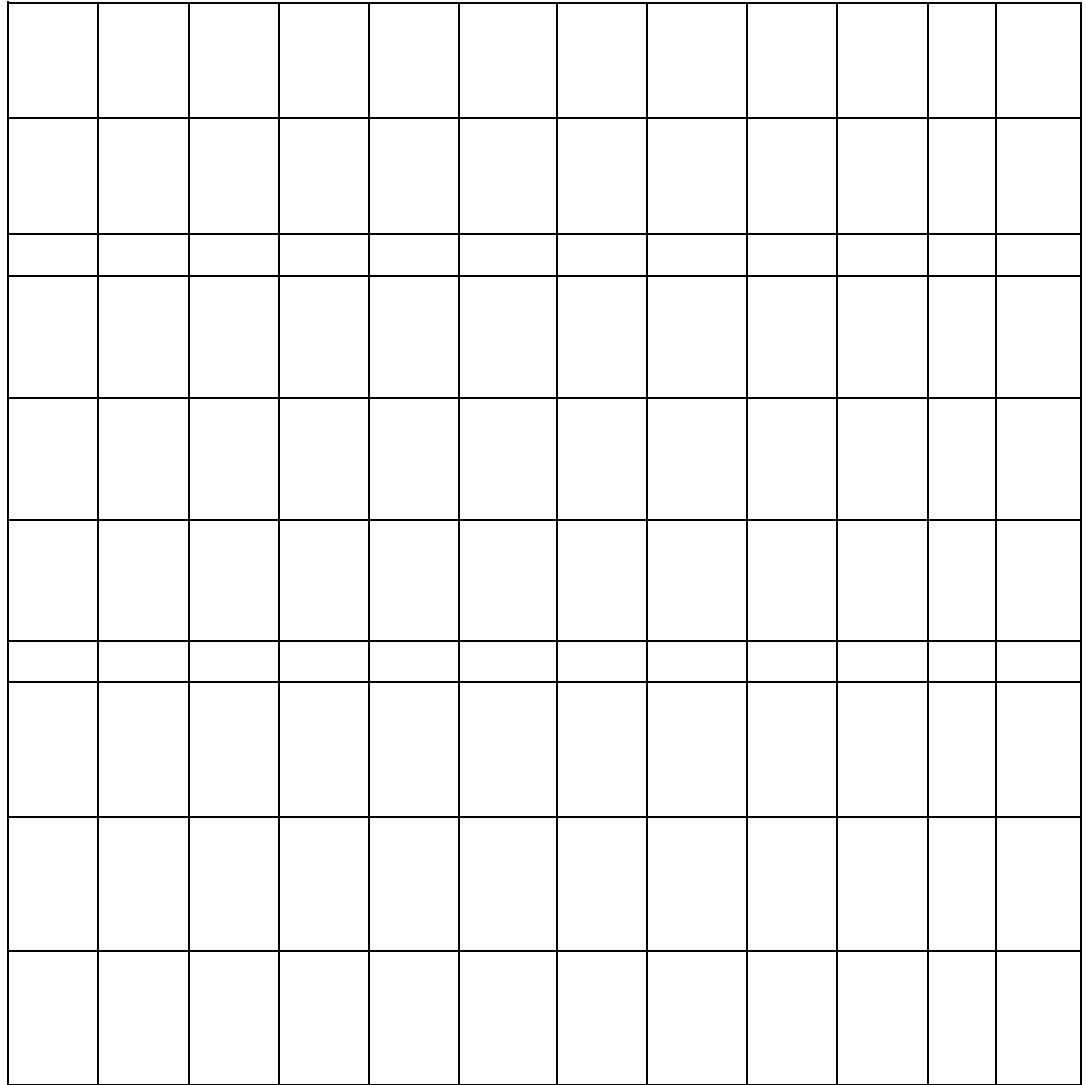
№ 223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	130/20	421	30	21.6	45	288	39.5	258.9	0.8	1.7	1.9	2.7	11.9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
	Итого:	620	32.9	31.8	67.4	295.2	48.1	268.5	0.8	60.7	1.9	2.7	11.9	
День 4														
№ 234	Котлета рыбная (горбуша)	80	81.6	8	9.82	5.71	10.62	10.74	74.05	0.11	9.37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172.85	3.09	9.15	17.98	41.65	27.39	87.02	1.02	49.99	0.14	0.11	17.79
№330	Соус сметанный	30	17	0.3	1.4	1.4	5	1	4.9	0.1	4	0	0	0.5
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
	Итого:	436.25	15.51	22.49	55.91	66.39	49.89	185.79	1.47	63.36	0.14	0.11	18.29	
День 5														
№211	Омлет с колбасными изделиями	150	280	12	24	1.8	76.8	16.7	194.2	1.4	181.1	0	0	0
№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
	Итого:	519.8	16.22	34.32	32.72	87.12	27.46	215.92	1.64	240.1	0	0	0	

День 6														
№294	Биточки, рубленые из птицы	80	76.68	8	1.25	5.02	3.42	1.1	6.4	0.11	0	0	0	0
№ 309	Макаронные изделия отварные	150	185	4.9	3.5	32	17.2	13	47.6	0.6	0	0.1	0	1.6
№ 331	Соус сметанный с томатом	30	17	0.3	1.4	1.4	5	1	4.9	0.1	4	0	0	0.5
№ 382 / 383	Какао	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
	Итого:	443.48	17.32	8.27	69.24	34.74	25.86	78.72	1.05	4	0.1	0	2.1	
День 7														
№ 21	Яйцо вареное	1 шт	62.8	5.1	4.6	0.3	98.4	42.5	145.5	1.1	0	0.2	7.1	0.4
№ 173, 174, 181	Каша молочная из пшениной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210.5	7	5.8	32.7	105.6	86.8	184.8	2.3	15.1	0	0	0.8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 383 / 380	Кофейный напиток	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
	Итого:	513.1	16.32	20.72	63.92	214.32	140.06	352.02	3.64	74.1	0.2	7.1	1.2	
День 8														
№70, №71, №136	Овощи свежие или консервированные, или тушеные	30	40	4	0.4	6.7	20	60	180	0	0	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8.3	28.5	10.1	23.5	64.6	0	0	0	0	2
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0

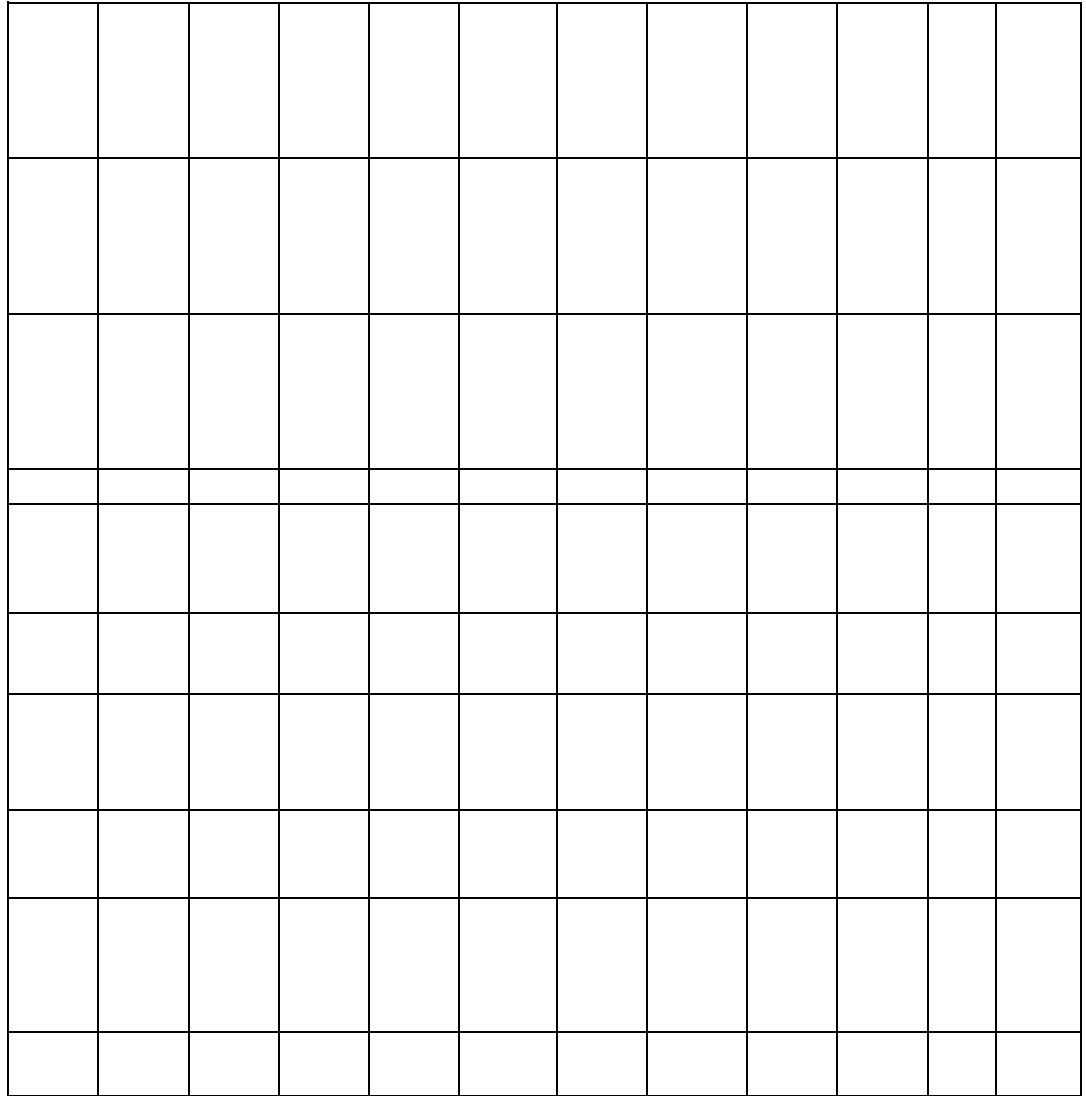
		Итого:	471.8	22.12	10.82	66.02	39.22	94.26	264.42	0.24	0	0	0	2
День 9														
№ 223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	130/20	421	30	21.6	45	288	39.5	258.9	0.8	1.7	1.9	2.7	11.9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
		Итого:	620	32.9	31.8	67.4	295.2	48.1	268.5	0.8	60.7	1.9	2.7	11.9
День 10														
ТТК	Котлета рыбная (минтай, свинина)	80	93.71	5.71	5.25	4.8	15.08	14.62	81.37	0.11	10.97	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172.9	3.09	9.15	17.98	41.65	27.39	87.02	1.02	49.99	0.14	0.1	17.8
№ 332	Соус сметанный с луком	30	17	0.3	1.4	1.4	5	1	4.9	0.1	4	0	0	0.5
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
		Итого:	448.36	13.22	17.92	55	70.85	53.77	193.11	1.47	64.96	0.14	0.11	18.29
День 11														
№ 268	Шницель мясной	80	163.42	5.71	12.57	7.31	4.45	8.11	59.08	0.11	0	0	0	0
№ 309	Макаронные изделия отварные	150	185	4.9	3.5	32	17.2	13	47.6	0.6	0	0.1	0	1.6
№331	Соус сметанный с томатом	30	17	0.3	1.4	1.4	5	1	4.9	0.1	4	0	0	0.5
№ 382 / 383	Какао	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0

[illegible]

[illegible]



[illegible]



[illegible]