

УТВЕРЖДЕНО

Глава г.о. Тольятти



Администрация г.о. Тольятти
Территориальный отдел Управления Федеральной службы по надзору в
сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Самарской области в г.о. Тольятти
Департамент образования Администрации г.о. Тольятти
Закрытое акционерное общество Комбинат школьного питания «Дружба»

**Циклическое двухнедельное меню сбалансированных рапионов, для организации
бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее
образование в государственных и муниципальных образовательных организациях
городского округа Тольятти.
(для подготовочных столовых)**

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель главы
г.о. Тольятти по социальным
вопросам
Ю.Е. Баннова

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель Департамента
образования Администрации
г.о. Тольятти
Л.М. Лебедева



СОГЛАСОВАНО

И.о. Начальника
Территориального отдела
Управления Роспотребнадзора
по Самарской обл. в г.о. Тольятти
А.Ю. Кузнецов




Главный специалист-эксперт
Роспотребнадзора
О.А. Петрова

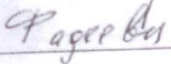
РАЗРАБОТЧИКИ:
ЗАО КШП «Дружба»

Директор по производству
Технолог
Технолог
А.П. Замотин
О.В. Стельмахова
Е.М. Семенова

Лист согласования

«Циклического двухнедельного меню сбалансированных рационов, для организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в государственных и муниципальных образовательных организациях городского округа Тольятти.»

Председатель городского родительского собрания  Е.В. Васильева

Член городского родительского собрания  Н. В.Фадеева

Циклическое меню

1 неделя

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины										Минеральные вещества					
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)					

Завтрак

Таб №24/96	13649	Бутерброд с сыром (батон в асс.)	20/20	6,97	6,53	12,99	136,61	54,60	0,01	0,06	0,15	4,87	4,87	184,80	7,35	105,00	0,21	
Таб №24/96	6673	Десерт фруктовый (банан)	85	1,28	0,43	17,85	80,39	0,03	0,04	8,50	1,28	1,33	1,77	6,80	35,70	23,80	0,51	
Таб №4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05	0,05	0,16	1,28	7,33	7,33	5,90	154,86	35,98	242,35	0,91	
ТТК	9621	Какао напиток Несквик витаминизированный	160	1,76	1,74	15,03	82,82	0,01	0,02	0,52	1,76	1,16	2,40	48,12	5,60	36,00	0,05	
			Итого:	57,00	17,34	61,59	542,87	54,66	0,22	0,35	10,45	15,24	14,59	10,07	394,58	84,63	407,15	1,68

Обед

Таб №24/9	16677	Десерт фруктовый (яблоко)	180	0,72	0,72	17,64	79,92	0,05	0,04	18,00	0,00	0,00	0,00	28,80	16,20	19,80	3,96
88/07	Дели	Ши из свежей капусты с картофелем на грилл	200	9,11	10,61	7,90	163,57	0,16	0,09	27,94	7,77	7,53	1 281,98	54,29	28,32	109,31	1,33
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок)	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69	0,24	0,07	2,07	6,87	0,22	0,03	14,69	14,09	84,20	0,98
465/96;51/1	254	Рис отварной	100	2,52	4,86	26,64	160,34	0,03	0,01	0,00	2,52	0,00	0,00	6,56	18,22	54,84	0,39
3/04	ТТК	Компот из сливы	160	0,00	0,00	15,97	63,87	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05
19.06.17Г	198	Хлеб пшеничный	35	2,56	0,28	17,22	82,04	0,04	0,01	0,00	2,56	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39
			Итого:	71,00	21,88	88,35	749,43	0,16	0,46	48,01	19,82	10,41	1 282,57	111,82	81,73	290,90	7,10

Полдник

682/96	2037	Оладьи со слушанным молоком	100/30	10,44	10,88	61,09	364,04	11,26	0,15	0,18	1,03	10,44	10,44	432,59	179,58	28,58	181,09	0,95
646/96	8782	Напиток из лимона	160	0,12	0,01	19,55	78,77	0,01	0,00	5,12	0,12	0,12	0,26	5,70	1,54	2,82	0,13	
			Итого:	30,00	10,56	10,89	80,64	462,81	11,26	0,16	6,15	10,56	10,56	432,85	185,28	30,12	183,91	1,08

Вторник

Завтрак

ТТК	8923	Замекашка творожная с крошкой и молоком	100/10	14,61	16,36	36,07	349,96	0,09	0,08	0,39	14,61	11,56	0,18	136,55	21,41	185,20	0,75
628/96	10781	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92	0,00	0,00	0,10	5,02	5,01	41,79	7,78	7,43	49,24	0,70
687/96	15982	Пирожок с мясом и луком (говядина)	30	5,08	2,53	16,77	110,16	2,82	0,05	0,10	5,02	5,01	41,79	7,78	7,43	49,24	0,70
			Итого:	57,00	20,49	19,09	66,31	2,91	0,13	0,49	19,63	16,56	41,97	144,74	28,84	234,44	1,49

Обед

Таб №24/9	2522	Помидор свежий	50	0,56	0,10	1,94	10,90	0,03	0,02	12,75	0,56	0,56	3,06	7,14	10,20	13,26	0,46
136/96	1576	Суп картофельный с пшеном на кур.	200	8,96	8,44	13,95	167,57	0,15	0,13	14,97	7,68	7,06	1 201,86	35,12	30,80	118,96	1,42
ТТК акт	16072	Котлета Веста рыбная	50	8,68	4,94	8,39	112,74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
10/12/1Я	240/96	Картофель запеченный	100	2,06	4,57	16,79	116,53	0,12	0,07	20,60	2,06	2,06	13,98	23,91	60,57	0,96	
77/97	6132	Отвар шиповника с сахаром	160	0,54	0,22	23,70	98,94	0,01	0,05	180,00	0,54	0,54	0,80	10,08	2,72	2,72	0,53
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	0,04	0,01	2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39	
			Итого:	71,00	23,46	81,99	588,72	0,15	0,33	208,32	13,50	10,82	1 206,28	73,32	72,53	218,22	3,76

Полдник

ТТК	9070	Чай ягодный замороженная (смесь)	160	0,11	0,04	10,55	43,00	0,00	0,00	21,20	0,11	0,11	4,11	3,29	3,50	0,17	
ТТК	10016	Хачапури	75	10,67	9,49	30,54	250,25	0,08	0,09	0,15	10,67	10,67	153,68	205,32	15,96	165,59	0,97
			Итого:	30,00	10,78	9,53	41,09	0,08	0,09	21,35	10,78	10,67	153,68	209,43	19,25	169,09	1,14

Среда

Завтрак

Таб №25	17068	Бутерброд с ветчиной (батон)	20/20	4,02	7,51	10,28	124,79	0,09	0,09	0,04	2,71	0,00	0,00	9,26	8,06	55,21	0,51
---------	-------	------------------------------	-------	------	------	-------	--------	------	------	------	------	------	------	------	------	-------	------

8740	Виноград свежий	60	3,70	3,70	96,10	432,50		0,30	0,10	37,40	3,70			187,20	106,10	137,30	3,70	
Tab №24/9	Помидор свежий	25	0,28	0,05	0,97	5,45		0,02	0,01	6,38	0,28	0,28	1,53	3,57	5,10	6,63	0,23	
138/96	Суп картофельный с горохом на худ бульоне	200	11,31	9,48	15,80	193,72	0,14	0,24	0,12	10,20	10,42	6,59	1 121,73	43,89	36,58	130,22	2,21	
450/2004	Шницель натуральный рубленный (говядина)	50	18,28	10,72	3,58	183,92											0,10	
469/96-516/3104	Макаронны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	0,02	0,09	0,03		5,65	5,61	0,77	20,27	8,72	47,78	0,90	
646/96	Напиток из лимона	160	0,12	0,01	19,55	78,77		0,01	0,00	5,12	0,12	0,12	0,26	5,70	1,54	2,82	0,13	
пром	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,88	93,76		0,04	0,01		3,04	3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44	
		Итого:	71,00	42,38	28,57	191,70	1 193,41	0,16	0,70	59,10	23,21	15,63	1 124,92	268,63	163,64	350,85	7,61	
Лодчик																		
ТТК	Чай фруктовый	160	0,16	0,03	19,20	77,71		0,00	0,00	0,64	0,16			2,72	1,28	2,24	0,50	
696/96	Расстегай с говядиной и луком	75	11,33	8,09	33,10	250,53	0,01	0,11	0,10	0,27	11,33	11,33	274,26	17,42	16,03	112,38	1,57	
		Итого:	30,00	11,49	8,12	52,30	328,24	0,01	0,11	0,10	0,91	11,49	11,33	274,26	20,14	17,31	114,62	2,07

ТТК	8923	Запеканка творожная с крошкой и молоком	100,00	14,61	16,36	36,07	349,96	0,09	0,08	0,22	0,39	14,61	11,56	0,18	136,55	21,41	185,20	0,75
ТТК	13921	Сладенький чай яблочный	160	0,05	0,05	10,80	43,95	0,00	0,00	0,00	1,14				2,12	1,03	1,25	0,28
ТТК	13996	Слойка с ветчиной и сыром	35	4,52	8,43	13,49	147,91	0,04	0,04	0,07	0,10	4,52	4,52	103,08	36,66	6,39	42,50	0,27
Итого:			57,00	19,18	24,84	60,36	541,72	0,13	0,12	0,29	1,63	19,13	16,08	103,26	175,33	28,83	229,95	1,30

Обед

Таб №2/4/9	10148	Десерт фруктовый (яблоко)	155	0,62	0,62	17,52	78,14		0,05	0,03	15,50				24,80	13,96	17,05	3,41
Таб №2/4/9	1043	Помидор свежий	40	0,45	0,08	1,55	8,72		0,02	0,02	10,20	0,45	0,45	2,45	5,71	8,16	10,61	0,37
Таб №2/4/9	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне	200	11,18	12,32	11,46	201,39	0,20	0,08	0,10	2,03	11,18	11,07	1 684,18	30,62	15,09	106,66	1,11
ТТК	1120	Котлета Пожарская из цыплят	55	13,60	18,17	13,00	289,93	5,60	0,09	0,13	1,34	13,60			30,50	17,50	126,76	1,27
ТТК	15991	Рис Вегетний	100	1,44	2,81	13,73	86,01	0,01	0,01						2,36	9,06	27,24	0,19
ТТК	11692	Компот из ягод (смесь)	160	0,21	0,08	20,70	84,36	0,01	0,01	0,01	42,20	0,21			8,17	6,54	6,96	0,33
Пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44	
Итого:			71,00	30,54	34,40	97,63	822,31	5,80	0,30	0,31	71,27	29,74	14,56	1 687,27	110,16	75,90	321,28	7,12

Полдник

77397	6132	Отвар шиповника с сахаром	160	0,54	0,22	23,70	98,94		0,01	0,05	160,00	0,54	0,54	0,80	10,08	2,72	2,72	0,53
687/96	15276	Пирожок с мясом и луком (говядина)	50	8,47	4,21	27,95	183,61	4,70	0,08	0,07	0,17	8,36	8,34	69,64	12,97	12,38	82,07	1,16
Итого:			30,00	9,01	4,43	51,65	282,55	4,70	0,09	0,12	160,17	8,90	8,89	70,44	23,05	15,10	84,79	1,69

Четверг

Завтрак

Таб №2/4/9	6022	Огурец свежий	15	0,11	0,02	0,29	1,78		0,00	0,00	1,07	0,11	0,11	0,77	2,60	2,14	4,59	0,08
ТТК	16886	Нагетсы куриные рубленые	45	5,39	2,59	0,82	48,15		0,12	0,07	20,60	2,06			13,98	23,91	60,57	0,96
240/96	6290	Картофель запеченный	100	2,06	4,57	16,79	116,53		0,00	0,00	2,88	0,07	0,16	3,29	0,86	1,58	0,08	
ТТК	11465	Чай лимонный	160	0,07	0,01	13,69	55,13		0,00	0,00	2,88	0,07	0,16	3,29	0,86	1,58	0,08	
ТТК	13487	Булочка Загадка	30	2,87	1,21	19,72	101,25	0,00	0,05	0,02	2,87	2,86	0,41	6,23	4,43	24,42	0,34	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01		3,80	2,60	13,00	0,24			
Итого:			57,00	12,00	8,98	61,59	375,18	0,00	0,20	0,10	24,55	5,11	3,04	1,34	29,90	33,94	104,20	1,70

Обед

Таб №2/4/9	1043	Помидор свежий	40	0,45	0,08	1,55	8,72		0,02	0,02	10,20	0,45	0,45	2,45	5,71	8,16	10,61	0,37
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне	200	8,93	9,76	13,90	179,15	0,15	0,12	0,11	15,79	7,65	7,06	1 201,86	38,62	30,78	123,90	1,44
ТТК	17768	Салатки отварные с соусом Болоньезе	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18	0,02	0,02	9,59	5,54	5,54	300,07	26,44	9,82	16,80	77,26	
19,06,17Г	14226	Компот из сливы	160			15,97	63,87								0,48			0,05
ТТК	14099	Бисквит	50	3,18	1,54	30,10	146,98	0,07	0,04	0,13	3,18	1,35	0,19	20,35	5,72	70,31	0,94	
Пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44	
Итого:			71,00	26,74	30,04	129,63	896,67	0,22	0,24	0,29	35,58	19,86	17,44	1 505,21	99,61	60,08	247,61	80,49

Полдник

682/96	1836	Оладьи со сливочным молоком	150/20	13,88	16,22	77,69	512,26	16,94	0,21	0,23	1,30	13,88	13,88	642,86	189,69	34,36	214,34	1,38
ТТК	9070	Чай яблочный замороженный (смесь)	160	0,11	0,04	10,55	43,00		0,00	0,00	21,20	0,11			4,11	3,29	3,50	0,17
Итого:			30,00	13,99	16,26	88,24	555,26	16,94	0,21	0,23	22,50	13,99	13,88	642,86	193,80	37,65	217,84	1,55

Пятница

Завтрак

Таб №2/5	5102	Виноград свежий	75	4,70	4,70	120,10	541,50		0,40	0,20	46,80	4,70			234,00	132,60	171,60	4,70
1999	16781	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,97	6,83	25,39	182,93	0,02	0,10	0,13	0,96	2,61	2,15	4,44	101,75	28,94	121,50	0,64
ТТК	17139	Булгуровый горячий с сыром	40	5,29	6,78	10,32	123,50	11,80	0,03	0,07	0,11	3,52	3,48	137,63	8,65	94,05	0,47	
642/96	9136	Какао с молоком	160	3,09	3,36	20,62	125,08	0,02	0,04	0,13	1,04	3,09	2,32	4,80	100,58	24,80	92,96	0,83
Итого:			57,00	18,06	21,67	176,43	973,01	11,84	0,57	0,53	48,91	13,91	7,95	9,24	573,96	194,99	480,11	6,64

Обед

Таб №2/4/9	16350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	48,84		0,03	0,02	11,00				17,60	9,90	12,10	2,42
------------	-------	---------------------------	-----	------	------	-------	-------	--	------	------	-------	--	--	--	-------	------	-------	------

136/96	15/76	Супл картофельный с пшеном на кур.	200	8,96	8,44	13,95	167,57	0,15	0,13	0,11	14,97	7,68	7,06	1 201,86	35,12	30,80	118,86	1,42	
ТТК. акт	17/308	бульона	50	1,56	3,37	5,49	58,57	1,41	0,01	0,01	0,16	0,35		0,44	3,76	4,50	13,63	0,18	
10/12/18/		Котлета Веста рыбная из минтая	100	2,48	2,89	25,95	139,73	0,01	0,03	0,02		2,48			7,32	17,72	54,30	0,39	
466/96/512/	251	Рис припущенный	160			13,20	52,80	34,16	0,01	0,01	6,60	0,15	0,04	0,15	0,54	0,25	0,64	0,01	
32/004		Морс черносморodinовый	35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76	0,00	0,01		0,01			0,57	0,12	1,99	0,03	
ТТК	14182	Трубочка слоеная в ассортименте	25	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28	
ТТК	365	Хлеб пшеничный	Итого:	71,00	16,97	21,08	96,09	641,97	39,49	0,25	0,18	32,73	12,56	7,10	1 202,45	69,90	66,79	217,77	4,73
773/97	6132	Отвар шиповника с сахаром	180	0,54	0,22	23,70	98,94		0,01	0,05	160,00	0,54	0,54	0,80	10,08	2,72	2,72	0,53	
УКС	7789	Пицца с ветчиной	50	6,63	9,66	15,39	175,02	0,05	0,08	0,09	1,15	6,63	6,63	121,91	103,63	11,61	103,99	0,67	
		Итого:	30,00	7,17	9,88	39,09	273,96	0,05	0,09	0,14	161,15	7,17	7,17	122,71	113,71	14,33	106,71	1,20	