

Согласовано

Начальник Бирского ТО
Управления Роспотребнадзора по РБ

Д.С. Янтурина

« 8 » августа 2017 года

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ с Урмиязы
Бирский район РБ

Р.Р.Ибрагимова

« 8 » августа 2017 года

10-ти дневные перспективные меню-многодетные
на 2017-2018 учебный год МБОУ СОШ с Урмиязы

Обед															
1.	Рассолы №1 ленинградская	TK №54, сб.реп. №132	260/300	18.1	27	1.01	0.03	0.06	0.04	2.6	6.2	18.5	142.0		
2.	Рисовая пашта рассыпчатая	TK №176 об реп. №297	180/250	7.6	41.6	0.86	0.05	0.04	0.00	6.0	6.5	61.3	134		
3.	Коплета	TK №18, сб.реп. №451	80/100	85.4	35.8	1.85	0.03	0.15	0.18	20.6	18.3	17.5	320		
4.	Чай с сахаром	TK №280 об реп. №685	20)	0.26	0.10	0.01	0.00	0.00	0.00	0.1	0.0	0.1	35		
5.	Хлеб ржаной	ГУМ №21, сб.реп. №40.2014	80/100	11.5	0	1	0.08	0	0	3.95	0.5	24.2	119		
6.	Салат витаминный			19.5	0.95	0.03	0.04	13.7	1.5	4.6	11.0	91			
	ТРЕТИЙ ДЕНЬ														
Завтрак															
1.	Каша из кукурузы рассыпчатая	TK №173 об реп. №297	180/250	113	88	2.56	0.14	0.11	13.9	7.5	6.5	51.7	300		
2.	Чай с сахаром	TK №2R2 об реп. №685	200	0.26	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.1	0.0	0.1	35		
3.	Салат из свеклы с яблоками	TK №27, сб.реп. №51	80/100	22.9	12.7	1.29	0.02	3.94	0.8	5.1	7.1	78			
4.	Хлеб пшеничный			11.5	0	1	0.08	0	0	3.95	0.5	24.2	119		
	Сред														
1.	Суп картофельный с бобовыми и гренками	TK №61, сб.реп. №139	260/400	39	48.3	2.29	0.26	0.09	5.59	9.6	5.1	38.5	242		
2.	Макароныные изделия «каштаны»	TK №271, сб.реп. №132	180/220	14.1	11.1	1.12	0.09	0.03	0.00	8.1	7.2	4.2	295		
3.	Шницель	TK №98, сб.реп. №451	80/100	45.4	35.8	1.85	0.08	0.15	0.18	21.6	18.3	17.5	320		
4.	Чай с сахаром	TK №282, сб.реп. №685	20)	0.26	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.1	0.0	0.1	35		
5.	Хлеб ржаной	TK №16, сб.реп. №71,2014	80/100	11.5	0	1	0.08	0	0	3.95	0.5	24.2	119		
6.	Салат из моркови			20.7	28.5	0.55	0.03	0.05	1.73	1.0	4.5	14.5	100		
	ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ														
Завтрак															
1.	Каша пшеничная рассыпчатая	TK №175, сб.реп. №297	180/250	26	75.7	2.53	0.34	0.04	0.00	10.8	8.8	60.5	370		
2.	Чай с сахаром	TK №282, сб.реп. №685	200	0.26	0.40	0.03	0.00	0.00	0.00	0.1	0.0	0.1	35		
3.	Салат из сырых овощей	TK №22, сб.реп. №72014	80/100	10.9	14.8	0.50	0.03	0.03	6.03	0.9	6.0	41	74		
4.	Хлеб пшеничный			11.5	0	1	0.08	0	0	3.95	0.5	24.2	119		

Обед													
1.	Суп картофельный с макаронами и чесноком	TK №59, обр.реч. №140	250/300	16,1	25,1	1,03	0,10	0,06	7,92	3,2	3,0	22,6	133
2.	Каппа пшеничная рассыпчатая	TK №167, обр.реч. №297	180/250	12,7	11,8	5,57	0,32	0,16	10,5	11,6	6,5	68,5	165
3.	Гулки	TK №95, обр.реч. №417	14,9	29,6	3,42	0,06	0,16	0,98	22,9	3,2	3,2	311	
4.	Чай с сахаром	TK №282, обр.реч. №685	0,26	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,1	0,0	9,1	35
5.	Хлеб ржаной	TK№18 обр.реч. №49,2014	200	11,5	0	1	0,08	0	0	1,95	0,5	24,2	119
6.	Салат из моркови с яблочками	TK№100	19,1	23,1	0,79	0,03	0,04	2,1	0,9	3,4	8,4	67	
ПЯТЫЙ ДЕНЬ													
1.	Завтрак	TK №177, обр.реч. №297	180/250	64,1	38,8	1,44	0,19	0,07	0,00	8,0	6,7	50,4	299
2.	Яичная каша рассыпчатая	TK №6282, обр.реч. №685	200	0,26	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,1	0,00	9,1	35
3.	Чай с сахаром	TK №8, обр.реч. №42,2014	80/100	47,3	16,4	1,07	0,07	0,04	19,5	1,8	4,6	9,6	87
4.	Салат из белокочанной капусты с яблоками			11,5	0	1	0,08	0	0	1,95	0,5	24,2	119
Хлеб пшеничный													
1.	Обед	TK №67, обр.реч. №136	250/300	25,6	24,6	0,90	0,09	0,06	10,2	8,1	5,0	21,4	172
2.	Плов из говядины	TK №112, обр.реч. №112	250/300	24,5	65,9	4,40	0,10	0,19	0,77	31,3	10,4	46,3	588
3.	Кинсель из концентриата на щадовке	TK №305, обр.реч. №648	200	0,48	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	20,0	76
4.	Мясо ягненка в яблочных эссенциях												
5.	Хлеб ржаной	TK№25, обр.реч. №64,2003	80/100	17,1	20,2	1,30	0,02	0,04	9,07	1,4	4,5	10,3	89,4
Салат из свеклы с растительным маслом													
4.	Завтрак												
5.	Салат из свеклы с растительным маслом												
ШЕСТОЙ ДЕНЬ													
1.	Завтрак	TK №175, обр.реч. №297	180/250	26	75,7	2,53	0,34	0,04	0,00	10,8	8,8	60,5	370
2.	Чай с сахаром	TK №282, обр.реч. №685	200	0,26	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,1	0,0	9,1	35

3.	Салат из белокочанной капусты	ТК №6, сб.реп.№ 43	20/100	58.8	20.3	0.75	0.03	0.05	21.7	2.4	7.1	8.6	107
4.	Хлеб пшеничный			11.5	0	1	0.08	0	0	3.95	0.5	9.1	119
1.	Обед												
1.	Борща с капустой и картофелем	ТК №656, сб.реп. №110	250/300	34.7	24.3	1.13	0.05	0.05	9.53	2.0	6.0	14.0	117
2.	Макаронные изделия отварные	ТК №117, сб.реп. №332	230/230	14.1	11.2	1.13	0.10	0.03	0.00	8.4	6.5	51.1	301
3.	Гуляши	ТК №95, сб.реп. №437	60.8	14.9	29.6	1.42	0.06	0.16	0.98	22.9	3.2	31.1	311
4.	Компот из свежих плодов (аблоок)	ТК №294, сб.реп.631	290	6.01	3.13	0.80	0.01	0.01	1.60	0.2	0.1	17.2	68
5.	Хлеб ржаной												
6.	Салат из моркови СЕДЬМОЙ ДЕНЬ	ТК№16 сб.реп.№71,2014	80/100	20.7	28.5	0.55	0.03	0.04	0	3.95	0.5	9.1	119
	Завтрак									1.73	1.0	4.5	100
1.	Капуста тушеная	ТК №140, сб.реп. №54	180/220	11.9	45.2	1.75	0.08	0.10	37.9	5.0	6.3	21.7	162
2.	Чай с сахаром	ТК №2R2 сб.реп. 6R5	200	0.26	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.1	0.0	9.1	35
3.	Салат из моркови с яблоками	ТК №1 R.с.5.р.д.№49 2014	80/100	19.1	23.1	0.79	0.03	0.04	2.10	0.9	1.4	8.4	67
4.	Хлеб пшеничный									0	3.95	0.5	9.1
	Обед												
1.	Суп картофельный с курицей	ТК №61, об.реп.№13Н	250/300	18.6	28.8	1.13	0.10	0.07	8.4	3.2	3.0	23.2	135
2.	Греческая каппа рассыпчатая	ТК №172, об.реп.№297	180/250	21.5	22.2	7.59	0.43	0.22	0.00	14.4	9.4	63.0	401
3.	Тефтели чёрного лёгкого	ТК №104, об.реп.№461	80/100	43.9	31.6	1.42	0.08	0.13	1.80	13.7	21.4	17.6	319
4.	Чай с саха зом	ТК №2R2, сб.реп.68	200	0.26	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.1	0.0	9.1	35
5.	Хлеб ржаной									0	3.95	0.5	9.1
6.	Салат витаминный ВОСЬМОЙ ДЕНЬ	ТК№21, сб.реп.№40 2014	80/100	18.1	19.5	0.95	0.03	0.04	13.7	1.5	4.6	11.0	91
	Завтрак												
1.	Каппа рисовая рассыпчатая	ТК №176, об.реп.№297	180/250	7.62	41.6	0.86	0.06	0.04	0.00	6.0	6.5	61.3	334
2.	Чай с сахаром	ТК №282,сб.реп.№505	200	0.26	0.0	0.03	0.00	0.00	0.00	0.1	0.0	9.1	35
3.	Салат ку свеклы с растительным маслом	ТК №25,сб.реп.64	80/100	34.6	18.7	1.20	0.04	0.03	1.86	1.3	1.2	6.6	105

