



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Нигма»

Л.Р. Гильфанова

08.01.2023

Приложение № 2
к Муниципальному контракту № _____ от « _____ » _____ 2023 г

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образования



Двухнедельное меню для учащихся с 11 до 18 лет в общеобразовательных организациях
Агрызского района в 2023 уч.году (зимний сезон)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорий ность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
1 день														
№ 82/2017	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	250/10/15	12,450	13,025	24,900	233	0,075	8,780	0	0,000	8,800	64,420	29,950	1,340
№303/2017	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	4,80	9,33	38,67	257,33	0,39	0,00	54,67	0,69	36,47	240,74	13,94	4,67
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1	0,2	9	44	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	-	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:		20,730	22,798	101,027	661,533	0,519	12,530	54,667	1,204	63,999	344,877	57,590	6,907
2 день														
№ 289/2017	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	50/200	15,38	22,08	37,31	391,25	0,25	10,1	0,23	2,100	72,08	201,911	32,99	0,14
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1	0,2	9	44	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого:		18,86	22,52	74,77	562,25	0,31	13,85	0,23	0,51	90,81	241,63	46,69	2,08
3 день														
№ 96/2017	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	250/10/15	14,050	14,825	16,850	259	0,097	7,500	0	0,000	26,450	71,950	25,900	0,970
№ 303/2017	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,60	9,36	36,72	245,52	0,03	0,03	0,00	0,29	7,20	36,80	26,27	0,55
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1	0,2	9	44	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого:		21,130	24,625	91,030	675,200	0,179	11,277	0,000	0,806	52,380	148,470	65,867	2,416
4 день														
ТТК № 22	КОТЛЕТЫ РЯБУШКА С ПРИПУЩЕННЫМИ ОВОЩАМИ (ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ)	75/25	12,8	6,7125	24,2	198,75	0,1	0	0		111,7875	197,5	0,8	0,375
№ 312/2017	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200/5	4,12	11,04	29,30	229,30	0,21	10,59	0,00	0,29	63,70	36,80	10,70	0,00

[illegible]

ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	1,600	0,03	0,000	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1	0,2	9	44	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Итого:		16,41	12,90	95,73	595,60	0,24	5,95	0,19	0,99	95,70	292,25	40,01	2,06
	4 день													
№ 88/2017	ЩИ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	250/10/15	13,690	14,625	8,740	223	0,057	18,46	0	0	43,32	47,62	22,25	0,79
№ 303/2017	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,60	9,07	32,00	234,67	0,13	0,00	0,13	0,27	133,33	204,00	7,73	0,93
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	1,600	0,03	0,000	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1	0,2	9	44	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Итого:		22,770	24,132	78,200	628,347	0,245	23,810	0,163	0,450	195,383	291,340	43,683	2,622
	5 день													
№ 290/2017	МЯКОТЬ ПТИЦЫ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	50/50	10,50	11,03	3,18	196,00	0,14	3,89		0,36	66,81	215,17	30,16	1,43
№303/2017	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	4,80	9,33	38,67	257,33	0,39	0,00	54,67	0,69	36,47	240,74	13,94	4,67
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	1,600	0,03	0,000	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1	0,2	9	44	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Итого:		18,780	20,803	79,311	624,333	0,584	9,240	54,697	1,237	122,005	495,631	57,804	6,997
	6 день													
№ 406/2017	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	100	5,780	2,340	57,560	274	0,100	0,06	0,000	0,000	18,800	59,200	23,800	1,100
№ 338/2017	ФРУКТЫ (МАНДАРИН)	80	0,640	0,200	6,000	30	0,050	30,400	0	0,600	28,000	20,000	8,800	0,080
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
	Итого:		6,620	2,540	77,260	360,400	0,158	34,210	0,000	0,675	56,770	86,700	39,100	1,377