



Двухдневное меню для учащихся с 11 до 18 лет в общеобразовательных организациях  
Агрызского района в 2023 году

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорий ность, кккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>1-ая неделя</b>														
<b>1 день</b>														
№ 82/2017	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ И ФРИКАДЕЛЬКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250/10/20	12,45	13,03	24,90	233,20	0,08	8,78	0,00	0,00	8,80	64,42	29,95	1,34
№ 303/2017	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	4,87	7,16	48,91	279,60	0,03	0,00	0,03	0,00	1,81	80,80	25,33	0,71
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	1,00	0,20	9,00	44,00	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:		20,80	20,63	111,27	683,80	0,16	12,53	0,03	0,51	29,34	184,94	68,98	2,95
<b>2 день</b>														
№ 289/2017	РАГУ ИЗ ПУТИЦЫ	50/200	15,38	22,08	37,31	391,25	0,25	10,10	0,23	2,63	72,08	252,38	32,93	0,14
№ 209/2017	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	46	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,00	0,17	-	22,00	76,80	4,80	1,00
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	1,00	0,20	9,00	44,00	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:		24,38	27,56	74,77	629,69	0,34	13,85	0,40	3,14	112,81	368,90	51,43	3,08
<b>3 день</b>														
№ 96/2017	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ФРИКАДЕЛЬКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250/10/20	14,05	14,83	16,85	258,68	0,10	7,50	0,00	0,00	26,45	71,95	25,90	0,97
№ 303/2017	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	4,80	9,33	38,67	257,33	0,39	0,00	54,67	0,69	36,47	240,74	139,40	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	1,00	0,20	9,00	44,00	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:		22,33	24,60	92,98	687,01	0,54	11,25	54,67	1,20	81,65	352,41	179,00	6,54

		4 день													
№	ГТК №	50/170	24,75	19,98	28,29	392,01	0,00	0,96	0,00	0,00	3,36	4,32	1,44	0,10	
		200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20	
		20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37	
		30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	-	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
		Итого:	28,23	20,42	65,75	563,01	0,06	4,71	0,00	0,51	22,09	44,04	15,14	1,00	
		5 день													
№	ГТК №	250/10720	23,850	9,200	12,800	165	0,07	10,4	0	0	35,87	64,42	20,7	0,8	
		200/5	4,80	9,33	38,67	257,33	0,39	0,00	54,67	0,69	36,47	240,74	139,40	4,67	
		200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20	
		20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37	
		30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	-	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
		Итого:	32,13	18,97	88,93	593,73	0,51	14,15	54,67	1,20	91,07	344,88	173,80	6,37	
		6 день													
№	ГТК №	100	9,44	3,51	55,75	292,09	0,08	0,04	0,03	0,64	54,12	26,26	23,06	0,96	
		200/5	6,04	7,20	34,28	227,16	0,13	1,40	0,94	0,50	107,00	139,00	37,00	1,00	
		200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20	
		30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	-	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
		Итого:	17,96	10,95	118,49	646,25	0,25	5,19	0,97	1,55	177,09	192,26	70,76	2,49	
		2-ая неделя													
		1 день													
№	ГТК №	60	0,82	3,70	5,10	56,88	0,03	6,15	0,00	0,40	126,88	120,41	41,33	1,90	
		60/60	9,52	8,84	3,64	200,00	0,03	0,74	0,10	1,44	115,00	126,00	0,09	1,14	
		200/5	6,93	7,20	39,48	250,52	0,17	0,00	0,17	0,36	25,60	272,00	25,10	1,20	
		200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20	
		20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37	
		30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	-	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
		Итого:	20,75	20,18	85,68	678,40	0,29	10,64	0,27	2,71	286,21	558,13	80,22	5,14	
№ 259/2017	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	50/170	24,75	19,98	28,29	392,01	0,00	0,96	0,00	0,00	3,36	4,32	1,44	0,10	
ГТК № 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	1,00	0,20	9,00	44,00	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:		28,23	20,42	65,75	563,01	0,06	4,71	0,00	0,51	22,09	44,04	15,14	1,00	
№ 99/2017	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И ФРИКАДЕЛЬКАМИ НА М/К БУЛБОНЕ	250/10720	23,850	9,200	12,800	165	0,07	10,4	0	0	35,87	64,42	20,7	0,8	
№ 303/2017	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	4,80	9,33	38,67	257,33	0,39	0,00	54,67	0,69	36,47	240,74	139,40	4,67	
ГТК № 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	1,00	0,20	9,00	44,00	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:		32,13	18,97	88,93	593,73	0,51	14,15	54,67	1,20	91,07	344,88	173,80	6,37	
№ 410/2017	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	9,44	3,51	55,75	292,09	0,08	0,04	0,03	0,64	54,12	26,26	23,06	0,96	
№ 173/2017	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	6,04	7,20	34,28	227,16	0,13	1,40	0,94	0,50	107,00	139,00	37,00	1,00	
ГТК № 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	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	-	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
	Итого:		17,96	10,95	118,49	646,25	0,25	5,19	0,97	1,55	177,09	192,26	70,76	2,49	
		2-ая неделя													
		1 день													
№ 67/2017	ВИНЕГРЕТ ОВОШНОЙ	60	0,82	3,70	5,10	56,88	0,03	6,15	0,00	0,40	126,88	120,41	41,33	1,90	
№ 280/2017	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	60/60	9,52	8,84	3,64	200,00	0,03	0,74	0,10	1,44	115,00	126,00	0,09	1,14	
№ 303/2017	КАША ПЕРЛОВАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	6,93	7,20	39,48	250,52	0,17	0,00	0,17	0,36	25,60	272,00	25,10	1,20	
ГТК № 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	1,00	0,20	9,00	44,00	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:		20,75	20,18	85,68	678,40	0,29	10,64	0,27	2,71	286,21	558,13	80,22	5,14	

2 день																
2017 № 173/2017 ТТК № 1	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	12,80	6,71	24,20	198,75	0,01	0,00	0,00	111,80	197,50	0,80	0,37			
	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА ВЯЗКАЯ,СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	7,17	7,85	30,50	221,30	0,12	4,23	1,71	1,08	190,70	316,30	10,00	0,90		
	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	1,00	0,20	9,00	44,00	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:		23,45	15,00	92,16	591,05	0,19	7,98	1,71	1,59	321,23	553,52	24,50	2,17		
3 день																
2017 № 303/2017 ТТК № 1	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	8,06	5,30	9,36	145,00	0,06	0,60	0,13	55,03	171,33	15,00	0,00			
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ,СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	4,80	9,33	38,67	257,33	0,39	0,00	54,67	36,47	240,74	139,40	4,67			
	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	1,00	0,20	9,00	44,00	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:		16,34	15,07	85,49	573,33	0,51	4,35	54,79	2,01	110,22	451,78	168,10	5,57		
4 день																
2017 № 103/2017 № 303/2017 ТТК № 1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ И ФРИКАДЕЛЬКАМИ,НА МК БУЛЬОНЕ	250/20	2,690	2,830	17,450	118,25	0,110	8,250	0,83	0,180	29,200	67,600	27,300	1,120		
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ,СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	5,60	9,07	32,00	234,67	0,13	0,00	0,13	0,27	133,33	204,00	7,73	0,93		
	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	1,00	0,20	9,00	44,00	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:		11,77	12,34	86,91	523,92	0,30	12,00	0,96	0,96	181,26	311,32	48,73	2,96		
5 день																
2017 № 45 /2017 № 290/2017 № 199/2017 ТТК № 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94	3,87	36,00	0,01	6,25	-	0,10	16,98	46,98	6,05	0,27		
	МЯКОТЬ ПТИЦЫ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	10,50	13,03	3,18	196,00	0,14	3,89	0,00	0,36	66,81	215,17	30,16	1,43		
	ПОРЕ ИЗ ГОРОХА,СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	23,00	1,60	50,80	309,33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37		
	Итого:		37,76	15,01	95,31	712,33	0,21	13,89	0,00	0,97	102,52	301,87	49,91	2,60		
6 день																
2017 № 143/2017 № 422/2017 ТТК № 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,72	14,80	22,60	239,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	100	11,70	5,90	46,66	286,67	0,93	0,00	0,03	17,92	61,30	22,72	1,12			
	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 БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33		
	Итого:		17,90	20,94	97,72	652,67	0,97	3,75	0,03	0,41	33,89	88,30	33,42	1,65		