

“СОГЛАСОВАНО”

"УТВЕРЖДАЮ"

900 "БРИЗ"

Шулина Е.А.



Примерное двухнедельное меню для образовательных учреждений, расположенных на территории сельских населенных пунктов Ютазинского района Республики Татарстан и пгт Уруссу на 2023 учебный год (полдник)

эзрастная категория:

ПР	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,45	0,03	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,28
376	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13	40,00
	Итого:		6,08	3,64	40,39	218,60	0,35	1,31	0,00	14,32	69,28	277,38	29,28	40,94
1 неделя (пятница)														
	Полдник*													
52	Салат из свеклы отварной	60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99			21,28	24,38	12,42	0,79
289	Рагу овощное с курицей	150/30	12,56	11,72	15,20	217,00	0,07	11,33	14,60	0,00	108,20	36,80	38,70	1,92
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,45	0,03	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,28
349	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96
	Итого:		16,54	15,88	79,50	527,51	0,13	16,12	14,60	0,53	141,07	128,93	92,37	3,95
2 неделя (понедельник)														
	Полдник*													
67	Винегрет	60	0,84	6,02	4,37	75,06	0,03	5,78		2,70	18,74	25,96	11,71	0,50
312	Картофельное пюре	150	8,90	4,10	39,84	231,86	0,20	0,00	0,00	0,00	14,60	210,00	140,00	5,01
234	Гуляш (говядина)	30/30	14,71	4,81	10,31	143,41	0,10	0,48	13,34	0,69	59,26	187,69	28,74	0,83
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,45	0,03	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,28
376	Компот из с/ф	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	0,33	0,96
	Итого:		0,24	15,48	113,86	705,16	0,38	7,06	13,34	3,92	104,19	491,40	189,03	7,58
2 неделя (вторник)														
	Полдник*													
40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,24	5,73	67,62	0,05	5,02	11,88	1,70	11,73	39,14	14,48	0,54
202	Макаронные изделия отварные	150	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	12,00	34,50	7,50	0,75
279	Курица порционная с подливом	30/30	6,93	7,47	11,07	139,20	0,05	1,60	23,33	0,40	32,13	163,67	21,80	3,00
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,45	0,03	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,28
376	Кисель	200	0,24	0,12	35,76	40,00	145,08	0,00	80,00	0,18	8,20	6,42	0,96	0,28
	Итого:		15,89	19,58	93,14	507,17	145,27	6,62	115,21	4,56	69,81	265,48	52,03	4,85
2 неделя (среда)														
	Полдник*													
101	Суп картофельный с гречневой крупой на к/б	250	2,70	2,78	14,58	90,68	0,06	10,00	0,00	0,00	49,25	222,50	26,50	0,78
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,45	0,03	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,28
356	Чай с сахаром, лимоном	200	0,24	0,12	35,76	145,08	0,00	80,00	0,00	0,18	8,20	6,42	0,96	0,28
ПР	Фрукт	50	0,30	0,30	7,35	33,30	0,02	7,50	0,00	0,15	12,00	8,25	6,75	1,65
	Итого:		5,22	3,45	69,77	327,51	0,11	97,50	0,00	0,66	75,20	258,92	42,46	2,99

2 неделя (четверг)														
Полдник*														
202	Картофель отварной с маслом	150/3	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	12,00	34,50	7,50	0,75
279	Курица порционная с подливом	30/30	6,93	7,47	11,07	139,20	0,05	1,16	23,33	0,40	32,13	163,67	21,80	3,00
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,45	0,03	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,28
349	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96
Итого:			15,17	15,52	98,91	595,93	0,16	1,96	23,33	2,88	55,72	265,92	70,55	4,99
2 неделя (пятница)														
Полдник*														
82	Борщ с картофелем и капустой на к/б	250	1,83	4,90	11,75	98,40	0,05	10,30	0,00	2,40	34,45	53,03	26,20	1,18
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,45	0,03	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,28
376	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13	40,00
ПР	Печенье	40	1,70	2,26	13,94	82,90	0,04	0,00	26,00	0,52	16,40	34,80	6,00	0,40
Итого:			6,04	7,41	47,24	279,75	0,39	10,30	26,00	16,85	78,73	121,31	42,58	41,86

*Средняя стоимость полдника в день - 37,00 руб.