

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Нигма»



Л.Р. Гильфанова

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образования



Руководитель образования
Ирина Александровна
Мамонтова

**Двухнедельное цикличное меню дня детей участников СВО и детей с ОВЗ с 11 до 18 лет (Горячий завтрак 2)
в общеобразовательных школ города Менделеевска и Менделеевского района на 2025 уч. год
(Осенне-зимний период)
Стоимость 35 руб.**

	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийн ость, 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														
102/2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСО КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	17,07	15,08	16,44	270,68	0,15	5,81	0,00	4,59	50,28	137,970	38,3	1,80
ТТК №1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,200	0	5,06	21,04	0,00	0,00	0,100	0,00	5,05	8,25	4,4	0,84
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
	Итого:		6,520	8,040	50,6	302,14	0,117	18,46	3,4	1,86	63,05	101,75	28,6	2,6
2 день														
82/2017	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, КАПУСТОЙ НА МЯСО КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	12,45	13,03	24,9	233,20	0,08	8,78	0,000	0,000	8,80	64,42	29,95	1,300
377/2017	ЧАЙ С ЛИМОНОМ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/10/7	0,27	0,06	15,23	63,00	0,003	2,80	0,00	0,014	3,25	1,54	0,84	0,09
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
	Итого:		11,48	7,95	62,11	366,04	0,263	5,81	0,11	0,33	72,33	202,72	61,4	3,66
3 день														
96/2017	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСО КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	14,05	14,83	16,85	258,68	0,10	7,50	0,000	0,000	26,450	71,950	25,900	0,970
ТТК №3	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,03	0,75	0,00	17,25	28,80	13,80	1,95
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
	Итого:		6,48	7,64	48,61	286,84	0,148	7,71	0,1	0,715	60,57	129,1	38,73	2,385

4 день														
88/2017	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	13,69	14,62	8,74	233,00	0,06	18,46	0,000	0,000	43,32	47,62	22,25	0,8
342/17	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	18,4	76,3	0,00	1,6	0,00	0,3	13,00	4,4	4,4	0,8
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
Итого:			9,03	5,4	63,11	338,04	0,223	8,25	0,11	0,33	48,15	147,25	51,6	3,16
5 день														
103/2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	7,6	6,8	18,6	187,00	0,1	6,2	0,21	0,63	24,00	94,3	26,3	1,7
ТТК №1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,200	0	5,06	21,04	0,00	0,00	0,100	0,00	5,05	8,25	4,4	0,84
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
Итого:			6,4	7,05	61,56	332,64	0,113	8,25	0,1	1,242	41,33	129,4	40,52	2,774

	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
2-ая неделя														
1 день														
108/2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА МЯСО КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	3,56	4,59	18,79	179,35	0,11	5,75	0,21	1,1	33,4	72,22	25,3	1,2
377/2017	ЧАЙ С ЛИМОНОМ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/10/7	0,27	0,06	15,23	63,00	0,003	2,80	0,00	0,014	3,25	1,54	0,84	0,09
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
Итого:			8,46	7,7	62,56	354,04	0,193	7,5	0,11	0,33	48,5	136,7	49	2,83
2 день														
ТТК № 28	СУП «ГРЕЧИШНОЕ ЗЕРНЫШКО» НА МЯСО КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	2,48	3,03	17,1	170,2	0,1	15,5	0,01	0,2	8,25	85,2	42,5	1,4
377/2017	ЧАЙ С ЛИМОНОМ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/10/7	0,27	0,06	15,23	63,00	0,003	2,80	0,00	0,014	3,25	1,54	0,84	0,09
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
Итого:			6,32	7,04	57,3	314,64	0,123	20,06	0,13	0,912	58,53	93,75	26,02	2,274
3 день														
99/2017	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСО КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	23,85	9,20	12,8	165	0,07	10,4	0,00	4,59	35,87	137,97	20,7	0,8
648/2004	КИСЕЛЬ	200	0,1	0	25,6	102,8	0,00	0,96	0,00	0,00	24,00	34,32	12,00	1,2
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
Итого:			6,6	8,05	54,86	320,14	0,107	9,85	3,43	1,05	45,85	137,4	43,1	3,1
4 день														
113/2017	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА МЯСО КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	7,88	12,07	10,91	183,79	0,09	3,23	0,7	0,27	105,94	130,51	10,04	1,09
342/2017	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	18,4	76,3	0,00	1,6	0,00	0,3	13,00	4,4	4,4	0,8

2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
Итого:			7,08	5,38	49,16	270,84	0,168	10,06	0,13	0,385	58,72	123,8	39,83	2,495
5 день														
98/2017	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПой НА МЯСО КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	6,9	11,1	15,7	191,00	0,04	5,81	0,000	0,000	35,87	64,42	14,2	0,57
ТТК №1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,200	0	5,06	21,04	0,00	0,00	0,100	0,00	5,05	8,25	4,4	0,84
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
Итого:			11,48	7,95	62,11	366,04	0,263	7,41	0,14	0,0	72,33	202,72	61,4	3,66

Примечание: при составлении меню использованы

1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией

М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2017.

конт.тел.:8(8552) 70-71-07