

Директор ООО «Нигма»

Л.Р. Гильфанова

Руководитель образования

**Двухнедельное цикличное меню дня детей участников СВО и детей с ОВЗ
18 лет (Горячий завтрак 2) в общеобразовательных школ города Менделеевска и
Менделеевского района на 2026 уч. год**

зимний период

	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
1-ая неделя														
1 день														
102/2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	17,07	15,08	16,44	270,68	0,15	5,81	0,00	4,59	50,28	137,97	38,3	1,8
ТТК №1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,2	0,00	5,06	21,04	0,00	0,00	0,1	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	0,00	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
Итого:			21,07	15,48	46,1	410,05	0,205	5,81	0,1	5,14	65,33	178,72	49,7	3,19
2 день														
82/2017	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, КАПУСТОЙ НА ГОВЯЖЬЕМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	12,45	13,03	24,9	233,2	0,08	8,78	0,00	0,00	8,8	64,42	29,95	1,30
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	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого:			16,52	13,43	64,73	414,53	0,138	11,58	0	0,564	22,05	98,46	37,79	1,94
3 день														

96/2017	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА ГОВЯЖЬЕМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	14,05	14,83	16,85	258,68	0,1	7,5	0,00	0,00	26,45	71,95	25,9	0,97
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	28,8	13,8	1,95
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого:			18,35	15,25	60,88	456,93	0,155	7,53	0,75	0,55	53,7	133,25	46,7	3,47
4 день														
88/2017	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА ГОВЯЖЬЕМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	13,69	14,62	8,74	233	0,06	18,46	0,00	0,00	43,32	47,62	22,25	0,79
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	4,40	4,40	0,80
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого:			17,69	15,22	51,74	427,63	0,115	20,06	0	0,85	66,32	84,52	33,65	2,14
5 день														
103/2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	7,6	6,8	18,6	187,00	0,1	6,2	0,21	0,63	24,00	94,30	26,30	1,70
ТТК №1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,2	0	5,06	21,04	0,00	0,00	0,10	0,00	5,05	8,25	4,40	0,84
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого:			11,6	7,2	48,26	326,37	0,155	6,2	0,31	1,18	39,05	135,05	37,7	3,09

	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 ГОВЯЖЬЕМ 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	0,00	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
Итого:			7,63	4,99	58,62	360,68	0,168	8,55	0,21	1,664	46,65	106,26	33,14	1,84
2 день														
ТТК № 28	СУП «ГРЕЧИШНОЕ ЗЕРНЫШКО» НА ГОВЯЖЬЕМ 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	325	154	0,84	0,09

1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0,00	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
Итого:		632	6,55	3,43	56,93	351,53	0,158	18,3	0,01	0,764	343,25	271,7	50,34	2,04
3 день														
99/2017	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	23,85	9,2	12,8	165,00	0,07	10,40	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	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого:			27,75	9,6	63	386,13	0,125	11,36	0,00	5,14	69,87	204,79	39,7	2,55
4 день														
113/2017	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА КУРИНОМ 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	1,60	0,00	0,30	13,00	4,40	4,40	0,80
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	118,33	0,055	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого:			11,88	12,47	53,91	378,42	0,145	4,83	0,7	1,12	128,94	167,41	21,44	2,44
5 день														
98/2017	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА ГОВЯЖЬЕМ БУЛЬОНЕ	250	6,90	11,10	15,70	191,00	0,04	5,81	0,00	0,00	35,87	64,42	14,20	0,57
ТТК №1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0	5,06	21,04	0,00	0,00	0,10	0,00	5,05	8,25	4,40	0,84
1/2017	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,40	24,60	118,33	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого:			10,90	11,50	45,36	330,37	0,10	5,81	0,10	0,55	50,92	105,17	25,60	1,96

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

2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов 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