



Двухнедельное меню горячего питания для учащихся с 11 до 18 лет в
общеобразовательных организациях г. Агрыз и Агрызского района
в 2025 уч.году (зимний сезон)



№ рецептур	Наименование блюда	Выход	Ветеринария, г	Жиры, г	Углевод, г	Калорийность	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Св. мг	Р, мг	Мг, мг	Фс, мг
1-ая неделя														
1/23/2017	Каша гречневая вязкая с маслом	120/3	5,330	7,220	27,200	136	0,230	0,000	0	0,410	29,900	136,400	35,600	0,900
ТТК №1	Чай-полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56	0,010	3,750	0,00	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,00	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого			7,810	7,460	55,660	263,4	0,273	3,750	0,00	0,815	45,87	163,40	46,3	1,430
2-ая неделя														
1/24/2017	Каша рисовая вязкая с маслом	120/3	4,380	6,580	23,520	172	0,070	0,000	0,330	0,410	21,900	144,440	21,800	0,560
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56	0,010	3,750	0,00	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,00	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого			6,860	6,82	51,980	299	0,113	3,750	0,33	0,815	37,87	171,44	32,50	1,09
3-ая неделя														
203/2017	Макаронные отварные с маслом	120/3	4,080	3,570	22,800	149,6	0,070	0,000	0,080	0,650	13,170	45,610	6,780	0,700
377/2017	Чай с лимоном полусладкий	200/10/7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800	0,00	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087
1/2017	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,00	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого			6,444	3,822	52,745	282,6	0,106	2,8	0,08	0,994	22,42	66,65	11,82	1,12
4-ая неделя														
1/24/2017	Каша рисовая вязкая с маслом	120/3	2,920	4,300	29,340	168	0,016	0,000	0,070	0,000	1,100	48,720	13,000	0,420
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56	0,010	3,750	0,00	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,00	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого			5,40	4,54	57,80	295,00	0,059	3,750	0,070	0,405	17,070	75,72	23,70	0,950
5-ая неделя														
1/23/2017	Каша пшеничная вязкая с маслом	120/3	2,880	5,600	23,200	141,84	0,020	0,000	0,330	0,410	21,890	141,400	16,900	0,200
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56	0,010	3,750	0,00	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,00	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого			5,360	6,040	51,660	268,74	0,063	3,750	0,330	0,815	37,860	171,400	32,500	1,090

