

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Нигма»

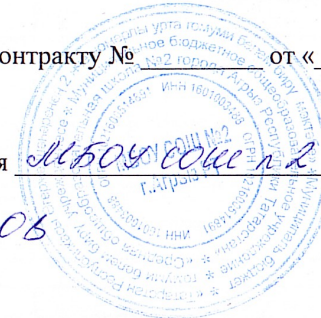


Л.Р.Гильфанова

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образования

Сред. Дорос. об.



**Двухнедельное цикличное меню дополнительного питания для группы
продленного дня учащихся общеобразовательных школ
г. Агрыз и Агрызского района на 2026 уч. Год
ЗИМНИЙ ПЕРИОД**

№ рецептур	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														
88/17	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	13,69	14,62	8,74	233,00	0,06	18,46	0,00	0,00	67,64	77,00	23,92	1,12
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/17	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:		16,17	14,86	37,20	360,00	0,10	22,21	0,00	0,41	83,61	104,00	34,62	1,65
2 день														
102/17	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	17,07	15,08	16,44	270,68	0,07	5,81	0,00	0,00	50,28	137,97	38,30	1,80
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/17	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:		19,55	15,32	44,90	397,68	0,11	9,56	0,00	0,41	66,25	164,97	49,00	2,33
3 день														
96/17	РАССОЛЬНИК Ленинградский НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	14,05	14,83	16,85	258,68	0,10	7,50	0,00	0,00	26,45	71,95	25,90	0,97
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/17	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33

	Итого:		16,53	15,07	45,31	385,68	0,14	11,25	0,00	0,41	42,42	98,95	36,60	1,50
	4 день													
98/17	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	6,90	11,10	15,70	191,00	0,04	5,81	0,28	0,00	35,87	184,50	50,17	1,90
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/17	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:		9,38	11,34	44,16	318,00	0,08	9,56	0,28	0,41	51,84	211,50	60,87	2,43
	5 день													
82/17	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, КАПУСТОЙ НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	12,45	13,03	24,90	233,20	0,08	8,78	0,00	0,00	68,80	82,60	29,95	1,30
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/17	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:		14,93	13,27	53,36	360,20	0,12	12,53	0,00	0,41	84,77	109,60	40,65	1,83
	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													
96/17	РАССОЛЬНИК Ленинградский НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	14,05	14,83	16,85	258,68	0,10	7,50	0,00	0,00	26,45	71,95	25,90	0,97
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/17	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:		16,53	15,07	45,31	385,68	0,14	11,25	0,00	0,41	42,42	98,95	36,60	1,50
	2 день													
113/17	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	250/15	7,88	12,07	10,91	183,79	0,09	3,23	0,70	0,27	105,94	130,51	10,04	1,02
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/17	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:		10,36	12,31	39,37	310,79	0,13	6,98	0,70	0,68	121,91	157,51	20,74	1,55
	3 день													
82/17	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, КАПУСТОЙ НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	12,45	13,03	24,90	233,20	0,08	8,78	0,00	0,00	68,80	82,60	29,95	1,30
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/17	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:		14,93	13,27	53,36	360,20	0,12	12,53	0,00	0,41	84,77	109,60	40,65	1,83
	4 день													

88/17	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	13,69	14,62	8,74	233,00	0,06	18,46	0,00	0,00	67,64	77,00	23,92	1,12
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/17	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:		16,17	14,86	37,20	360,00	0,10	22,21	0,00	0,41	83,61	104,00	34,62	1,65
	5 день													
102/17	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	17,07	15,08	16,44	270,68	0,07	5,81	0,00	0,00	50,28	137,97	38,30	1,80
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/17	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:		19,55	15,32	44,90	397,68	0,11	9,56	0,00	0,41	66,25	164,97	49,00	2,33

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