



Приложение № 2
к Муниципальному контракту № _____ от " _____ " _____ 2025

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образования: МБОУ СОШ № 2
Е. А. Дроздова
Ю. В. Дроздова
г. Агрыз РТ

Двухнедельное циклическое меню для учащихся с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях г. Агрыз и Агрызского района в 2026 уч. году (зимний период)

№ рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, к	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														
62/2017	Салат из моркови с сахаром	60	0,52	2,13	4,45	50,00	0,03	13,40	0,00	0,10	23,30	11,00	2,47	0,16
ТТК №26	Котлеты «Татарские» с соусом томатным	75/25	11,30	10,10	12,80	187,00	0,10	0,20	0,01	0,10	13,90	75,81	15,84	1,10
173/2017	Каша пшенная вязкая	150	5,65	4,47	28,00	175,00	0,09	0,00	0,21	0,82	16,47	47,07	8,49	0,87
ТТК № 13	Чай полусладкий с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	0,00	0,00	136,60	92,80	5,40	0,11
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		22,27	18,49	84,91	608,00	0,30	14,93	0,22	1,46	199,03	258,90	39,40	2,94
2 день														
52/2017	Салат из свеклы отварной	60	0,85	3,65	11,60	56,00	0,01	4,00	0,00	0,16	21,30	13,00	12,54	0,20
289/2017	Рагу из птицы	50/150	15,10	13,58	17,40	252,60	0,10	13,30	0,46	6,32	44,60	165,80	23,80	2,40
377/2017	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,08	0,01	15,19	62,00	0,00	2,80	0,00	0,01	3,25	1,54	0,84	0,09
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		19,31	17,68	67,95	485,60	0,16	20,10	0,46	6,93	77,91	212,56	44,38	3,39
3 день														
45/2017	Салат из белокачанной капусты	60	0,78	1,94	3,87	36,00	0,01	3,25	0,00	0,04	16,98	46,98	6,05	0,27
260/2017	Гуляш из говядины	50/50	14,55	16,79	2,89	221,00	0,03	0,92	0,00	2,59	21,81	154,15	22,03	2,34
203/2017	Макароны отварные с маслом	150	5,10	4,47	28,50	187,00	0,09	0,00	0,10	0,82	16,46	57,00	8,48	0,87
342/2017	Напиток из свежих яблок	200	0,20	0,20	18,40	76,30	0,00	2,60	0,00	0,30	13,00	4,40	4,40	0,80
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		23,91	23,84	77,42	635,30	0,17	6,77	0,10	4,18	77,01	294,75	48,16	4,98
4 день														
ТТК № 473	Салат "Зайка"	60	1,20	4,83	4,24	65,20	0,03	3,45	0,00	0,04	24,20	37,20	14,00	0,61
ТТК № 22	Биточки «Рябушка» с припущенными овощами (мексиканская смесь)	75/15	14,10	11,20	10,20	197,00	0,09	0,20	0,00	0,00	46,68	58,52	15,10	0,50
312/2017	Картофельное пюре с маслом	150/5	3,09	8,28	22,00	172,00	0,16	7,94	0,08	3,00	47,81	98,83	8,00	0,00
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
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37

1/2017	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		21,87	24,75	73,90	605,20	0,34	15,34	0,08	3,55	137,42	234,27	50,80	2,01
	5 день													
338/2017	Плоды и ягоды свежие (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	8,00	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	0,03
259/2017	Жаркое по-домашнему с мясом птицы	50/150	18,52	20,70	18,95	337,14	0,14	7,74	0,00	5,50	34,90	235,10	36,90	3,36
ТТК № 13	Чай полусладкий с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	0,00	0,00	136,60	92,80	5,40	0,11
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		23,72	22,89	68,41	580,14	0,26	17,07	0,00	6,04	196,26	371,12	58,50	4,20
	6 день													
47/2017	Салат из квашеной капусты	60	1,03	3,00	5,10	51,42	0,01	11,90	0,00	0,24	31,34	20,37	9,61	0,40
392/2017	Пельмени мясные отварные	180/5	19,00	11,20	32,40	306,90	0,09	0,00	0,10	0,82	16,46	57,00	8,48	0,87
377/2017	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,08	0,01	15,19	62,00	0,00	2,80	0,00	0,01	3,25	1,54	0,84	0,09
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		23,39	14,65	76,45	535,32	0,15	14,70	0,10	1,51	59,81	111,13	26,13	2,06

	Масса порции, гр	Масса порции, гр	Пищевые вещества (гр) Белки	Пищевые вещества (гр) Жиры	Пищевые вещества (гр) Углеводы	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг) В1	Витамины (мг) С	Витамины (мг) А	Витамины (мг) Е	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			134,48	122,30	449,03	3449,56	1,38	88,91	0,96	23,67	747,43	1482,73	267,37	19,58
В среднем в день:			23,40	25,15	97,00	720,90	0,40	17,52	0,18	2,70	146,40	322,70	75,18	3,55

рецептуры	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, к	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													
52/2017	Салат из свеклы отварной	60	0,85	3,65	11,60	56,00	0,01	4,00	0,00	0,16	21,30	13,00	12,54	0,20
ТТК-9	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	12,54	19,04	9,93	261,21	0,01	0,11	3,33	0,11	186,25	6,20	25,18	1,15
173/2017	Каша гречневая вязкая	150	6,66	9,02	34,00	170,00	0,29	0,00	0,00	0,52	37,35	170,60	44,55	1,10
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
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		23,53	32,15	92,99	658,21	0,37	7,86	3,33	1,30	263,63	229,52	95,97	3,35
	2 день													
338/2017	Плоды и ягоды свежие (Мандарины)	90	0,63	0,17	17,10	72,00	0,04	29,60	0,00	0,13	27,81	11,83	7,65	0,09
291/2017	Плов из птицы	50/150	13,31	12,41	22,34	254,29	0,21	4,90	0,10	1,20	83,07	273,00	40,45	1,90
377/2017	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,08	0,01	15,19	62,00	0,00	2,80	0,00	0,01	3,25	1,54	0,84	0,09
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		17,30	13,03	78,39	503,29	0,30	37,30	0,10	1,78	122,89	318,59	56,14	2,78
	3 день													
47/2017	Салат из квашеной капусты	60	1,03	3,00	5,10	51,42	0,01	11,90	0,00	0,24	31,34	20,37	9,61	0,40
ТТК № 6	Биточки рыбные «Морячка» с соусом сметанным с луком	75/25	11,00	4,24	8,32	122,60	0,14	2,23	0,04	0,73	19,70	108,60	36,40	0,80
312/2017	Картофельное пюре	150	3,09	8,28	22,00	172,00	0,16	7,94	0,08	3,00	47,81	98,83	8,00	0,00
ТТК №17	Кофейный напиток	200	3,60	2,67	29,20	155,00	0,03	1,47	0,00	0,00	158,70	132,00	29,30	2,41
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		22,00	18,63	88,38	616,02	0,39	23,54	0,12	4,41	266,31	392,02	90,51	4,31

4 день														
2017	Салат из моркови с сахаром	60	0,52	2,13	4,45	50,00	0,03	13,40	0,00	0,10	23,30	11,00	2,47	0,16
ГК №34	Котлеты «Крестьянские» с соусом томатным	75/25	13,20	13,00	9,60	208,00	0,07	0,30	0,02	0,28	8,00	84,50	9,62	0,60
203/2017	Макароны отварные	150	9,27	5,32	36,87	232,00	0,00	0,00	0,10	0,81	16,46	57,01	8,48	0,88
377/2017	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,08	0,01	15,19	62,00	0,00	2,80	0,00	0,01	3,25	1,54	0,84	0,09
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		26,35	20,90	89,87	667,00	0,15	16,50	0,12	1,64	59,77	186,27	28,61	2,43
5 день														
25/2004	Салат " Степной"	60	1,29	4,96	7,12	78,30	0,10	10,40	0,00	0,04	24,24	15,00	14,04	0,61
ТТК №37	Котлеты «Любимые» с припущенными овощами (фасоль стручковая)	75/15	7,25	7,05	10,65	143,30	0,04	0,03	0,14	0,80	23,65	83,19	13,48	0,97
174/2017	Каша ячневая вязкая с маслом	150/5	3,65	5,37	36,68	210,00	0,02	0,00	0,27	0,51	27,40	60,90	16,30	0,52
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,20	0,00	13,70	56,00	0,01	3,75	0,00	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		15,67	17,82	91,91	602,60	0,22	14,18	0,41	1,86	94,02	198,81	57,52	3,00
6 день														
56/2017	Салат овощной с яблоками	60	3,50	6,11	9,90	124,00	0,01	11,30	0,00	0,40	126,88	120,41	41,33	1,90
ТТК №20	Гречка "Батыр" с мясом	200	21,75	15,90	39,10	386,50	0,17	4,39	0,10	0,86	23,63	184,20	61,15	3,56
377/2017	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,08	0,01	15,19	62,00	0,00	2,80	0,00	0,01	3,25	1,54	0,84	0,09
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	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		28,61	22,46	87,95	687,50	0,23	18,49	0,10	1,71	162,52	338,37	110,52	6,25

	Масса порции, гр	Масса порции, гр	Пищевые вещества (гр) Белки	Пищевые вещества (гр) Жиры	Пищевые вещества (гр) Углеводы	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг) В1	Витамин ы (мг) С	Витамин ы (мг) А	Витамины (мг) Е	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			133,47	125,00	529,48	3734,62	1,65	117,87	4,18	12,71	969,14	1663,58	439,27	22,12
В среднем в день:			23,80	25,10	98,50	730,30	0,45	19,40	0,70	2,62	190,32	343,50	83,10	4,90

	Масса порции, гр	Масса порции, гр	Пищевые вещества (гр) Белки	Пищевые вещества (гр) Жиры	Пищевые вещества (гр) Углеводы	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг) В1	Витамин ы (мг) С	Витамин ы (мг) А	Витамины (мг) Е	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
ИТОГО ЗА 12 ДНЕЙ:			267,95	247,31	978,51	7184,18	3,03	206,78	5,14	36,38	1716,56	3146,31	706,64	41,71
В среднем в день:			23,57	25,13	97,70	725,60	0,42	18,44	0,42	2,64	168,36	333,10	79,14	4,22

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 рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразоват.
- В.Т. Лапшиной, 2004 г. гор.Москва
3. Сборник технических нормативов –Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. –М.: ДеЛи
4. Сборник технических нормативов –Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. –М.: ДеЛи принт, 2017 г.
5. Техничко-технологические карты разработанные ООО "Школьное питание"

конт.тел.:8(8552) 707107