



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО «Нийма»

И.И. Гильфанова

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образования

*М.Б.Д.А. Солиева*  
*г. Агрыз РТ*  
*Олеф Дюрось О.В.*



**Двухнедельное меню второго питания для учащихся СВО общеобразовательных школ города Агрыз на 2024 уч. год**

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
<b>1-ая неделя</b>													
<b>1 день</b>													
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	13,69	14,62	8,74	233,00	0,057	18,46	0,000	0,000	43,32	47,62	22,25	0,79
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
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
<b>2 день</b>													
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250	17,07	15,08	16,44	270,68	0,07	5,81	0	0,000	50,28	137,970	38,3	1,80
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
ПЕЧЕНЬЕ	32												
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
<b>3 день</b>													
РАССОЛЬНИК Ленинградский НА МК 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
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
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
<b>4 день</b>													
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	250/15	7,88	12,07	10,91	183,79	0,09	3,23	0,7	0,27	105,94	130,51	10,04	1,02
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
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
<b>5 день</b>													
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, КАПУСТОЙ НА МК 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

ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<b>Итого:</b>		<b>6,4</b>	<b>7,05</b>	<b>61,56</b>	<b>332,64</b>	<b>0,113</b>	<b>8,25</b>	<b>0,1</b>	<b>1,242</b>	<b>41,33</b>	<b>129,4</b>	<b>40,52</b>	<b>2,774</b>
<b>6 день</b>													
СУП РИСОВЫЙ С ТОМАТОМ НА МК БУЛЬОНЕ	250	1,8	5,2	16,5	122	0,12	8,3	0,00	0,00	23,05	64,2	25,00	1,3
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<b>Итого:</b>		<b>6,4</b>	<b>7,05</b>	<b>61,56</b>	<b>332,64</b>	<b>0,113</b>	<b>8,25</b>	<b>0,1</b>	<b>1,242</b>	<b>41,33</b>	<b>129,4</b>	<b>40,52</b>	<b>2,774</b>

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
<b>2-ая неделя</b>													
<b>1 день</b>													
РАССОЛЬНИК Ленинградский НА МК 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
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<b>Итого:</b>		<b>8,46</b>	<b>7,7</b>	<b>62,56</b>	<b>354,04</b>	<b>0,193</b>	<b>7,5</b>	<b>0,11</b>	<b>0,33</b>	<b>48,5</b>	<b>136,7</b>	<b>49</b>	<b>2,83</b>
<b>2 день</b>													
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ ПТИЦЫ	250/15	7,6	6,8	18,6	187,00	0,1	6,2	0,21	0,63	24,00	94,3	26,3	1,7
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<b>Итого:</b>		<b>7,08</b>	<b>5,38</b>	<b>49,16</b>	<b>270,84</b>	<b>0,168</b>	<b>10,06</b>	<b>0,13</b>	<b>0,385</b>	<b>58,72</b>	<b>123,8</b>	<b>39,83</b>	<b>2,495</b>
<b>3 день</b>													
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, КАПУСТОЙ НА МК 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
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<b>Итого:</b>		<b>6,6</b>	<b>8,05</b>	<b>54,86</b>	<b>320,14</b>	<b>0,107</b>	<b>9,85</b>	<b>3,43</b>	<b>1,05</b>	<b>45,85</b>	<b>137,4</b>	<b>43,1</b>	<b>3,1</b>
<b>4 день</b>													
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250	17,07	15,08	16,44	270,68	0,07	5,81	0	0,000	50,28	137,970	38,3	1,80
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
ПРЯНИКИ	35												
<b>Итого:</b>		<b>6,32</b>	<b>7,04</b>	<b>57,3</b>	<b>314,64</b>	<b>0,123</b>	<b>20,06</b>	<b>0,13</b>	<b>0,912</b>	<b>58,53</b>	<b>93,75</b>	<b>26,02</b>	<b>2,274</b>
<b>5 день</b>													
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	13,69	14,62	8,74	233,00	0,057	18,46	0,000	0,000	43,32	47,62	22,25	0,79
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<b>Итого:</b>		<b>11,48</b>	<b>7,95</b>	<b>62,11</b>	<b>366,04</b>	<b>0,263</b>	<b>7,41</b>	<b>0,14</b>	<b>0,0</b>	<b>72,33</b>	<b>202,72</b>	<b>61,4</b>	<b>3,66</b>
<b>6 день</b>													

СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПЮНА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	6,9	11,1	15,7	191	0,04	5,81	0,00	0,00	35,87	76,1	14,2	0,57
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0,00	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
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

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 общеобразовательных школах. Под общей редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017.

конт.тел.:8(8552) 70-71-07