

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Нирма»

Л.И.Иванова
Л.И.Иванова



Дополнительное меню для учащихся с 11 до 18 лет (ФУФ СОШ № 3 Агрыского района в 2024 году) (за период с 11.06.2024 по 11.06.2024)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калори йность, ккал	Витами н В1, мг	Витами н С, мг	Витами н А, мг	Витами н Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1 день														
№ 173/2017	КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150/5	6,660	9,024	34,000	170	0,290	0	0,021	0,000	37,350	60,600	44,550	1,100
ТТК № 1	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 БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого:		9,140	9,264	62,460	297,000	0,331	3,750	0,021	0,405	53,320	87,600	55,250	1,630
2 день														
№ 174/2017	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150/5	5,480	8,230	29,400	215	0,090	0	41,000	0,518	27,352	180,553	27,300	0,705
ТТК № 1	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 БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого:		7,96	8,47	57,86	341,50	0,13	3,75	41,00	0,92	43,32	207,55	38,00	1,24
3 день														
203/2017	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ, СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,100	4,470	28,500	187	0,090	0,000	0,027	0,000	16,460	60,900	8,480	0,870
ТТК № 1	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 БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого:		2,480	0,240	28,460	127,000	0,041	3,750	0,000	0,405	15,370	27,000	10,700	0,530
4 день														
№ 174/2017	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150/5	3,650	5,370	36,680	210	0,020	0,000	0,027	0,000	1,360	60,900	16,300	0,520
ТТК № 1	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 БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого:		6,130	5,610	65,140	336,700	0,061	3,750	0,027	0,405	17,330	87,900	27,000	1,050
5 день														
№ 173/2017	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150/5	3,600	7,000	29,000	193	0,292	0	41,000	0,518	27,352	180,553	104,550	3,501
ТТК № 1	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 БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого:		6,080	7,240	57,460	320,000	0,333	3,750	41,000	0,923	43,322	207,553	115,250	4,031

б день	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории энергия, ккал	Витамины В1, мг	Витамины С, мг	Витамины А, мг	Витамины Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг
№ 173/2017	150/5	5,65	4,47	28,00	175,00	0,09	0,00	0,21	0,82	16,47	47,07	8,49	0,87
КАША ПШЕННАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ													
ТТК № 1	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ													
ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого:		8,130	4,710	56,460	302,000	0,128	3,750	0,210	1,225	32,440	74,070	19,190	1,400
Наименование блюд													
2-ая неделя													
1 день													
№ 303/2017	150/5	5,20	5,40	29,61	187,89	0,13	0,00	0,13	0,27	19,20	204,00	18,80	0,87
КАША ПЕРЛОВАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ													
ТТК № 1	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ													
ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого:		7,680	5,640	58,070	314,890	0,171	3,750	0,130	0,675	35,170	231,000	29,500	1,400
2 день													
№ 182/2017	150/5	5,380	5,890	22,880	166	0,080	3,170	1,28	0,810	143,000	237,200	7,500	0,700
КАША МОЛОЧНАЯ "ТЕРКУЛЕСОВАЯ" ЖИДКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ													
ТТК № 1	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ													
ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	1,600	0,03	0,000	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого:		7,86	6,13	51,34	293,00	0,12	8,52	1,31	0,89	158,97	264,20	18,20	1,23
3 день													
№ 174/2017	150/5	5,480	8,230	29,400	215	0,090	0	41,000	0,518	27,352	180,553	27,300	0,705
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ													
ТТК № 1	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ													
ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	1,600	0,03	0,000	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого:		7,96	8,47	57,86	341,50	0,13	5,35	41,03	0,59	43,32	207,55	38,00	1,24
4 день													
№ 173/2017	150/5	5,65	4,47	28,00	175,00	0,09	0,00	0,21	0,82	16,47	47,07	8,49	0,87
КАША ПШЕННАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ													
ТТК № 1	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ													
ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	1,600	0,03	0,000	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого:		8,130	4,710	56,460	302,000	0,128	5,350	0,240	0,895	32,440	74,070	19,190	1,400
5 день													
№ 199/2017	150/5	17,25	1,20	38,10	232,00	0,490	0			94,700		41,130	4,700
ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ													
ТТК № 1	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ													
ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	1,600	0,03	0,000	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого:		19,730	1,440	66,560	359,000	0,531	5,350	0,030	0,075	110,670	27,000	51,830	5,230
6 день													
№ 173/2017	150/5	6,660	9,024	34,000	170	0,290	0	0,021	0,000	37,350	60,600	44,550	1,100
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ, СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ													
ТТК № 1	200/7	0,20	-	13,70	56,00	0,01	3,75	-	0,08	9,97	7,50	6,50	0,20
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ													
ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	1,600	0,03	0,000	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого:		9,140	9,264	62,460	297,000	0,331	5,350	0,051	0,075	53,320	87,600	55,250	1,630