

в записке

Приложение № 2 к Муниципальному контракту № \_\_\_\_\_ от " \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2024



## Двухнедельное меню для учащихся с 11 до 18 лет в МБОУ СОШ № 3 г. Агрыз Агрызского района (дети с ОВЗ и СВО) в 2025 уч.году (зимний сезон)

рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийн ость,	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-й завтрак</b>														
88/2017	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	250/10	13,690	14,620	8,740	233,00	0,057	18,460	0,000	0,000	43,320	47,620	22,250	0,790
173/2017	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	7,990	10,830	41,000	204	0,350	0,000	0	0,621	44,800	204,700	53,500	1,321
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
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
	<b>Итого</b>		<b>25,16</b>	<b>25,890</b>	<b>87,20</b>	<b>608</b>	<b>0,462</b>	<b>22,21</b>	<b>0,00</b>	<b>1,134</b>	<b>106,85</b>	<b>292,04</b>	<b>89,5</b>	<b>3,013</b>
<b>2-й завтрак</b>														
203/2017	Макаронные отварные с маслом	150/5	5,100	4,470	28,500	187	0,090	0,000	0,100	0,820	16,460	57,010	8,480	0,870
15/2017	Сыр орционно	10	2,680	2,770	0,000	36,70	0,040	0,070	0,013	0,300	88,000	50,000	3,500	0,100
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
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>10,260</b>	<b>7,48</b>	<b>56,960</b>	<b>350,7</b>	<b>0,171</b>	<b>3,820</b>	<b>0,113</b>	<b>1,525</b>	<b>120,43</b>	<b>134,01</b>	<b>22,68</b>	<b>1,50</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>35,420</b>	<b>33,370</b>	<b>144,160</b>	<b>958,700</b>	<b>0,633</b>	<b>26,030</b>	<b>0,113</b>	<b>2,659</b>	<b>227,280</b>	<b>426,050</b>	<b>112,130</b>	<b>4,513</b>
<b>2 День</b>														
<b>1-й завтрак</b>														
289/2017	Рагу из птицы	50/180	13,840	19,870	33,580	352,100	0,226	9,855	0,202	2,360	65,000	227,000	29,700	0,125
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
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
	<b>Итого</b>		<b>17,320</b>	<b>20,31</b>	<b>71,040</b>	<b>523,1</b>	<b>0,281</b>	<b>13,605</b>	<b>0,202</b>	<b>2,873</b>	<b>83,73</b>	<b>266,72</b>	<b>43,40</b>	<b>1,03</b>
<b>2-й завтрак</b>														
102/2017	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	250	17,070	15,080	16,440	270,68	0,070	5,810	0,000	0,000	50,280	137,970	38,300	1,800
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
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>		<b>19,550</b>	<b>15,32</b>	<b>44,900</b>	<b>397,68</b>	<b>0,111</b>	<b>9,560</b>	<b>0</b>	<b>0,405</b>	<b>66,25</b>	<b>164,97</b>	<b>49,00</b>	<b>2,33</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>36,870</b>	<b>35,630</b>	<b>115,940</b>	<b>920,780</b>	<b>0,392</b>	<b>23,165</b>	<b>0,202</b>	<b>3,278</b>	<b>149,980</b>	<b>431,690</b>	<b>92,400</b>	<b>3,357</b>
<b>3 День</b>														
<b>1-й завтрак</b>														
96/2017	Рассольник Ленинградский на м/к бульоне со сметаной	250/10	14,050	14,830	16,850	258,68	0,100	3,750	0,000	0,000	26,450	71,950	25,900	0,970
203/2017	Макаронные отварные с маслом	180/5	6,120	5,360	34,200	241,4	0,104	0,000	0,120	0,980	19,750	68,410	10,170	1,043
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 Ржаной	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	-0,00	0,01	2,76	12,72	3,00	0,37
1/2017	Хлеб Пшеничный	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	-0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>	<b>23,534</b>	<b>20,642</b>	<b>89,995</b>	<b>677,08</b>	<b>0,254</b>	<b>6,55</b>	<b>0,12</b>	<b>1,432</b>	<b>58,21</b>	<b>174,12</b>	<b>44,11</b>	<b>2,80</b>
<b>2-й завтрак</b>													
32/2021	Салат "Школьный"	60	4,400	4,500	65,00	0,000	2,80	0	0,160	20,000	13,000	10,000	0,700
174/2017	Каша ячневая вязкая с маслом	150/5	8,230	29,400	215,000	0,090	0,000	0,430	0,518	27,372	180,553	27,300	0,705
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>	<b>8,960</b>	<b>12,87</b>	<b>62,360</b>	<b>407</b>	<b>0,131</b>	<b>6,550</b>	<b>0,41</b>	<b>1,083</b>	<b>63,34</b>	<b>220,553</b>	<b>48,00</b>	<b>1,94</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>32,494</b>	<b>33,512</b>	<b>152,355</b>	<b>1084,080</b>	<b>0,385</b>	<b>13,100</b>	<b>0,530</b>	<b>2,515</b>	<b>121,552</b>	<b>394,673</b>	<b>92,110</b>	<b>4,737</b>
<b>4 день</b>													
<b>1-й завтрак</b>													
294/2017	Котлеты из птицы с соусом	50/50	9,740	12,200	174,52	0,070	0,930	0,030	0,200	21,700	114,720	21,640	1,130
312/2017	Картофельное пюре	180	3,710	9,940	206,4	0,197	9,530	0,096	0,280	57,370	118,600	9,600	0,000
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	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	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>	<b>15,19</b>	<b>20,12</b>	<b>76,06</b>	<b>551,92</b>	<b>0,322</b>	<b>14,210</b>	<b>0,126</b>	<b>0,993</b>	<b>97,800</b>	<b>273,04</b>	<b>44,94</b>	<b>2,032</b>
<b>2-й завтрак</b>													
113/2017	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/15	7,880	12,070	183,79	0,090	3,230	0,700	0,270	105,940	130,510	10,040	1,020
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>	<b>10,360</b>	<b>12,31</b>	<b>39,370</b>	<b>310,79</b>	<b>0,131</b>	<b>6,980</b>	<b>0,7</b>	<b>0,675</b>	<b>121,91</b>	<b>157,51</b>	<b>20,74</b>	<b>1,55</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>25,550</b>	<b>32,430</b>	<b>115,430</b>	<b>862,710</b>	<b>0,453</b>	<b>21,190</b>	<b>0,826</b>	<b>1,668</b>	<b>219,710</b>	<b>430,550</b>	<b>65,680</b>	<b>3,582</b>
<b>5 день</b>													
<b>1-й завтрак</b>													
98/2017	Суп крестьянский с крупой на м/к бульоне со сметаной	250/10	12,450	13,030	24,900	0,080	8,780	0,000	0,000	8,800	64,420	29,950	1,300
173/2017	Каша пшеничная вязкая с маслом	180/5	4,800	5,1	29,500	0,100	0,000	0	0,56	18,770	121,2	25,900	2,04
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	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	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>	<b>20,730</b>	<b>18,570</b>	<b>91,860</b>	<b>587,100</b>	<b>0,235</b>	<b>12,530</b>	<b>0,000</b>	<b>1,073</b>	<b>46,300</b>	<b>225,340</b>	<b>69,55</b>	<b>4,242</b>
<b>2-й завтрак</b>													
175/2017	Каша молочная «Дружба» с маслом	150/5	4,560	8,380	25,110	0,080	0,720	0,410	0,430	100,000	117,500	27,900	0,610
1/2017	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Пром.	Печенье	23	2,46	3,22	30,52	0,03	0,00	0,00	0,10	9,52	10,40	4,20	0,68
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	<b>Итого</b>	<b>9,500</b>	<b>11,84</b>	<b>84,090</b>	<b>442,9</b>	<b>0,151</b>	<b>4,470</b>	<b>0,41</b>	<b>0,935</b>	<b>125,49</b>	<b>154,9</b>	<b>42,80</b>	<b>1,82</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>30,230</b>	<b>30,410</b>	<b>175,950</b>	<b>1030,000</b>	<b>0,386</b>	<b>17,000</b>	<b>0,410</b>	<b>2,008</b>	<b>171,790</b>	<b>380,240</b>	<b>112,350</b>	<b>6,062</b>
<b>6 день</b>													
<b>1-й завтрак</b>													
ТТК № 42	Сосиски отварные с соусом томатным	50/50	4,460	7,600	108,78	0,020	2,640	0,010	0,180	13,400	7,240	9,270	0,500
203/2017	Макаронные отварные	180	6,120	5,360	34,200	0,104	0,000	0,120	0,980	19,750	68,410	10,170	1,043
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	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	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	<b>Итого</b>	<b>14,060</b>	<b>13,400</b>	<b>77,290</b>	<b>521,180</b>	<b>0,179</b>	<b>6,390</b>	<b>0,130</b>	<b>1,673</b>	<b>51,880</b>	<b>115,370</b>	<b>33,140</b>	<b>2,445</b>
<b>2-й завтрак</b>													
338/2017	Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)	150	1,530	0,300	67,00	0,100	90	0	0,370	51,000	39,100	22,100	0,510
	<b>Итого</b>	<b>1,530</b>	<b>0,30</b>	<b>14,280</b>	<b>67</b>	<b>0,100</b>	<b>90,000</b>	<b>0</b>	<b>0,37</b>	<b>51,000</b>	<b>39,1</b>	<b>22,10</b>	<b>0,51</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>15,590</b>	<b>13,700</b>	<b>91,570</b>	<b>588,180</b>	<b>0,279</b>	<b>96,390</b>	<b>0,130</b>	<b>2,043</b>	<b>102,880</b>	<b>154,470</b>	<b>55,240</b>	<b>2,955</b>

рецептур ы	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийн ость,	Витамины В1, мг	Витамины С, мг	Витамины А, мг	Витамины Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг
Итого за неделю В среднем в день														
	Итого	30	25,52	26,100	95,310	633,7	0,505	7,50	0,00	1,134	89,98	316,370	93,100	3,193
2-ая неделя														
1-й завтрак														
96/2017	Рассольник Ленинградский на м/к бульоне со сметаной	250/10	14,830	16,850	258,68	0,100	3,750	0,000	0,000	0,000	26,450	71,950	25,900	0,970
173/2017	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	7,990	10,830	41,000	0,350	0,000	0	0,621	44,800	204,700	53,500	1,321	
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200	
1/2017	Хлеб Ржаной	20	1,00	0,20	9,00	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	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
	Итого		25,52	26,100	95,310	633,7	0,505	7,50	0,00	1,134	89,98	316,370	93,100	3,193
2-й завтрак														
142/2017	Картофель тушеный	180	3,910	15,120	27,200	259,2	0,190	24,000	0,310	1,830	39,100	106,800	37,700	1,440
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
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	Итого		6,390	15,36	55,660	386,2	0,231	27,750	0,31	2,235	55,07	133,8	48,40	1,97
	Итого за день		31,910	41,460	150,970	1019,880	0,736	35,250	0,310	3,369	145,050	450,170	141,500	5,163
2 день														
1-й завтрак														
ТТК № 65	Салат "Здоровье"	100	1,160	4,3	4,720	75,06	0,030	5,78	0	0,3	18,74	18,6	12,00	0,50
291/2017	Плов из птицы	50/180	17,410	17,650	34,010	437	0,250	5,900	0,120	1,400	99,700	328,000	48,500	2,300
377/2017	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800	0	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087
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		21,93	22,40	77,68	688,86	0,33	14,48	0,12	2,15	130,45	380,36	68,54	3,59
2-й завтрак														
103/2017	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом п	250/15	7,600	6,800	18,600	187	0,100	6,200	0,210	0,630	24,000	94,300	26,300	1,700
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
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	Итого		10,080	7,04	47,060	314	0,141	9,950	0,21	1,035	39,97	121,3	37,00	2,23
	Итого за день		32,014	29,442	124,735	1002,860	0,471	24,430	0,330	3,187	170,420	501,660	105,540	5,819
3 день														
1-й завтрак														
82/2017	Борщ с картофелем,капустой на м/к бульоне со сметаной	250/10	12,450	13,030	24,900	233	0,080	8,780	0,000	0,000	8,800	64,420	29,950	1,300
174/2017	Каша ячневая вязкая с маслом	180/5	6,580	9,900	35,300	257,4	0,110	0,000	0,490	0,620	44,820	180,553	32,800	0,850
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
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		22,510	23,37	97,660	661,6	0,245	12,530	0,49	1,133	72,350	284,693	76,450	3,05
2-й завтрак														
221/2016	Макароны, запеченные с сыром	180/5	8,520	8,410	35,550	219,6	0,070	0,040	0,040	1,040	33,550	70,740	30,100	1,530
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
ТТК №1	Чай полусладкий	200/7	0,200	0,000	13,700	56,00	0,008	3,750	0,000	0,075	9,970	7,500	6,500	0,200
	Итого		11,000	8,65	64,010	346,6	0,111	3,790	0,04	1,445	49,52	97,74	40,80	2,06
	Итого за день		33,510	32,020	161,670	1008,200	0,356	16,320	0,530	2,578	121,870	382,433	117,250	5,112
4 день														
1-й завтрак														

