

**МЕНЮ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 1 ПО 4 КЛАССЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЯХ**

Прием пищи	Наименование блюда	№ Уфа 2021	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1 Неделя	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	17	60	0,6	5,3	5	72
1 день	КОТЛЕТА ГОВЯЖЬЯ(Соус сметанный с томатом)	99	100/40	16	16,4	21,1	302
	ПОРЕ ГОРХОВОЕ С МАСЛОМ	178	150/5	15,09	4,92	34,42	265
	ЧАЙ С САХАРОМ	300	200	0,2	0	9,1	36
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,30	14,49	70,14
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,12	0,22	9,88	45,98
Итого:			605	35,38	27,14	93,99	791,12
2 день	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ	6	60	1,3	2,7	6,2	57
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	83	90	21,6	10,5	12,4	233
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	146	150	3,08	4,73	20,03	140,25
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	310	200	0,5	0,1	30,9	123
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,30	14,49	70,14
	ХЛЕБ РЖАННО – ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,12	0,22	9,88	45,98
Итого:			496	29,97	18,55	93,90	669,37
3 день	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		100	0,4	0,4	9,8	47
	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	98	180	18,2	18,2	17,6	312
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	301	200	1,6	1,5	11,3	62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)		20	1,12	0,22	9,88	45,98
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,3	14,49	70,14
Итого:			530	23,69	20,62	83,69	537,12
4 день	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ с растительным маслом	25	60	1	4,8	5,0	69

ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	107	90	8	7,2	6,3	123
КАША ПШЕНИЧНАЯ Молочная Жидкая	209	180/5	6,7	7,6	32,6	222
ЧАЙ С САХАРОМ	300	200	0,2	0	9,1	36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,30	14,49	70,14
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,12	0,22	9,88	45,98
Итого:		585	19,39	20,12	77,37	566,12
5 день						

Итого:		585	19,39	20,12	77,37	566,12
5 день						

СОСИСКИ ГОВЯЖЬИ ХАЛЯЛЬ		100	10,09	28,27	0,45	298,18
КАША ПШЕННАЯ молочная жидкая	208	180/5	6,7	7,6	32,6	222
ЧАЙ С КУРАГОЙ		200/8	0,13	0,02	15,2	62
ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)		20	1,12	0,22	9,88	45,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,3	14,49	70,14
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,12	0,22	9,88	45,98
Итого:		543	21,53	36,63	82,5	744,28
6 день						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	6	60	1,3	2,7	6,2	57
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	290 Дели 2017	100	13,28	10,84	2,90	162
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ МОЛОЧНАЯ	189	180/5	8,2	7,4	40,2	272
ЧАЙ С САХАРОМ	300	200	0,2	0	9,1	36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,30	14,49	70,14
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,12	0,22	9,88	45,98
Итого:		595	26,47	21,46	82,77	643,12
Неделя 2						
1 день						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		100	0,40	0,40	9,80	47,00

	СОСИСКИ ГОВЯЖЬИ ХАЛЯЛЬ		100	10,09	28,27	0,45	298,18
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	227	180/5	6,5	4,4	40	233
	ЧАЙ С САХАРОМ	300	200	0,2	0	9,1	36
	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,12	0,22	9,88	45,98
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,30	14,49	70,14
Итого:			635	20,68	33,59	83,72	730,3
	КОТЛЕТА ГОВЯЖЬЯ(соус сметанный с томатом)	99	100/40	16	16,4	21,1	302
	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	183	180/5	10,6	6,8	46,3	312
	ЧАЙ С САХАРОМ	300	200	0,2	0	9,1	36
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,30	14,49	70,14
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,12	0,22	9,88	45,98

Итого:			575	30,29	23,72	100,87	766,12
3 день							
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	6	60	1,3	2,7	6,2	57,00
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	83	90	21,6	10,5	12,4	233
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	146	150	3,08	4,73	20,03	140,25
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	301	200	1,6	1,5	11,3	62
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,30	14,49	70,14
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,12	0,22	9,88	45,98

Итого:			550	31,07	19,95	74,3	482,37
4 день							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ с растительным маслом	25	60	1	4,8	5	69
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	138	200	18,2	23,2	32,2	417
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	310	200	0,5	0,1	30,9	123
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,30	14,49	70,14
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)		20	1,12	0,22	9,88	45,98
Итого:			510	23,19	28,62	92,47	722,12

САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАНОЙ КАПУСТЫ		26	60	1,3	2,7	6,2	57
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ			100	0,40	0,40	9,80	47,00
ФРИКАДЬЛКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ		107	90	8	7,2	6,3	123
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ на молоке		193	180/5	8	8,2	32,7	247
ЧАЙ С САХАРОМ		300	200	0,2	0	9,1	36,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			30	2,37	0,30	14,49	70,14
ХЛЕБ РЖАНО_ПШЕНИЧНЫЙ			20	1,12	0,22	9,88	45,98

Итого:			685	21,39	19,02	88,47	626,12
6 день	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	17	60	0,6	5,3	5	72
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	290 Дели 2017	100	13,28	10,84	29	164
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	146	150	3,08	4,73	20,03	140,25
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	302	200	0,2	0	9,3	38
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,37	0,30	14,49	70,14
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)		20	1,12	0,22	9,88	45,98
Итого:			560	20,65	40,41	87,2	530,37

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 6D96927511C93FF8D87F9689144603D5
Отпечаток сертификата:
EAACCAD079C8C47B52DC3E2F29B1FC6E650C1037
Владелец: Майорова Наталья Валерьяновна
Организация: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"УРУССИНСКАЯ НАЧАЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1"
ЮТАЗИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН"
Действителен с 10.11.2023 по 02.02.2025
Дата подписания: 22.12.2023 12:57 (+03:00)
Номер извещения: 0111300006323000038



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
01F3DDAF00A6B015B24830FFF579C09580
Отпечаток сертификата:
51ADD5FFF0AFEF4E9B9DE701F7C3CE6ACD951F48
Владелец: ШУЛИНА ЕЛЕНА АНАТОЛЬЕВНА
Организация: ООО "БРИЗ"
Действителен с 25.10.2023 по 25.01.2025
Дата подписания: 15.12.2023 13:05 (+03:00)
Номер извещения: 0111300006323000038