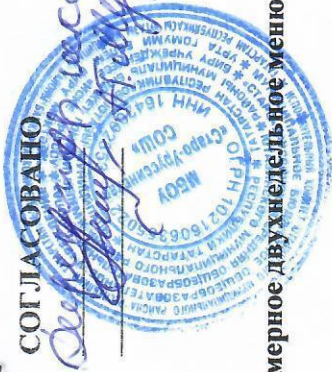
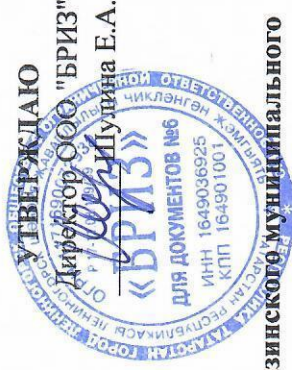


СОГЛАСОВАНО



СВЕРЖАЮ



**Примерное двухнедельное меню для образовательных учреждений, расположенных на территории Ютазинского муниципального района Республики Татарстан на 2 полугодие 2025 учебного год**

Возрастная категория:

с 5-11кл

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Ккал
			Б	Ж	У	У	
<b>1 неделя (понедельник)</b>							
	<b>Завтрак*</b>						
205	Каша молочная манная с маслом	180/5	7,70	10,30	37,90	278,00	
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	2,38	0,46	13,93	69,30	
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,00	9,30	38,00	
	<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>10,28</b>	<b>10,76</b>	<b>61,13</b>	<b>385,30</b>	
	<b>Обед**</b>						
347	Котлеты Школьные с соусом сметанным с томатом	100	4,80	10,50	9,01	110,20	
183	Пюре гороховое с маслом	180/5	10,50	6,73	38,86	310,20	
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00	
	<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>17,78</b>	<b>17,47</b>	<b>71,73</b>	<b>526,60</b>	
	<b>Бюджет**</b>						
205	Каша молочная манная	80	3,43	4,85	16,85	123,56	
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,04	0,39	11,94	59,40	
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00	
	<b>Итого:</b>	<b>310</b>	<b>5,67</b>	<b>5,24</b>	<b>37,89</b>	<b>218,96</b>	
<b>1 неделя (вторник)</b>							
	<b>Завтрак*</b>						
183	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,54	6,77	38,89	310,32	
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	2,38	0,46	13,93	69,30	
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00	
	<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>13,12</b>	<b>7,23</b>	<b>61,92</b>	<b>415,62</b>	
	<b>Обед**</b>						
229	Биточки рыбные с соусом	100	8,80	12,55	8,47	134,60	

Макaronные изделия отварные с маслом									
573	Хлеб пшеничный	150/5	5,42	3,67	20,10	194,20			
300	Чай с сахаром	30	2,28	0,24	14,76	70,20			
<b>Итого:</b>		200	0,20	0,00	9,10	36,00			
<b>Итого:</b>		545	16,70	16,46	52,43	435,00			
<b>Бюджет***</b>									
183	Каша гречневая рассыпчатая	80	4,56	2,93	16,82	134,19			
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,04	0,39	11,94	59,40			
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00			
<b>Итого:</b>		310	6,80	3,32	37,86	229,59			
<b>1 неделя (среда)</b>									
<b>Завтрак*</b>									
185	Каша молочная пшеничная с маслом	180/5	11,30	11,30	63,10	412,00			
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	2,38	0,46	13,93	69,30			
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00			
<b>Итого:</b>		420	13,88	11,76	86,13	517,30			
<b>Обед**</b>									
56	Рассольник Ленинградский со сметаной на кв	250/10	2,40	5,00	15,70	123,00			
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20			
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00			
582	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,00			
<b>Итого:</b>		530	6,38	7,20	54,44	312,20			
<b>Бюджет***</b>									
185	Каша молочная пшеничная	80	5,03	5,03	28,05	183,12			
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,04	0,39	11,94	59,40			
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00			
<b>Итого:</b>		310	7,27	5,42	49,09	278,52			
<b>1 неделя (четверг)</b>									
<b>Завтрак*</b>									
192	Каша овсяная (геркулес) молочная вязкая с маслом	180/5	7,20	9,10	30,80	239,00			
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	2,38	0,46	13,93	69,30			
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00			
<b>Итого:</b>		450	9,78	9,56	53,83	344,30			
<b>Обед**</b>									
68/132	Суп-лапша домашняя на курином бульоне с кусочками курицы	250/20	9,20	7,60	13,90	175,20			
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20			
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00			
582	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,00			
<b>Итого:</b>		555	13,18	9,80	52,64	364,40			
<b>Бюджет***</b>									

Каша овсяная (геркулес) молочная вязкая										
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	80	3,20	4,05	13,69	106,23				
300	Чай с сахаром	30	2,04	0,39	11,94	59,40				
<b>Итого:</b>		200	0,20	0,00	9,10	36,00				
<b>1 неделя (пятница)</b>										
<b>Завтрак*</b>										
183	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,54	6,77	38,89	310,32				
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	2,38	0,46	13,93	69,30				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
<b>Итого:</b>		420	13,12	7,23	61,92	415,62				
<b>Обед**</b>										
290	Птица тушенная в соусе	80	6,80	10,27	15,92	129,60				
185	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	180/5	8,00	4,91	47,03	261,00				
573	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,50				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
<b>Итого:</b>		510	16,90	15,38	84,35	485,10				
<b>Бюджет***</b>										
183	Каша гречневая рассыпчатая	80	4,56	2,93	16,82	134,19				
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,04	0,39	11,94	59,40				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
<b>Итого:</b>		310	6,80	3,32	37,86	229,59				
<b>1 неделя (суббота)</b>										
<b>Завтрак*</b>										
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00				
227	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,50	4,40	24,12	233,04				
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	2,38	0,46	13,93	69,30				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
<b>Итого:</b>		520	9,48	5,26	56,95	385,34				
<b>Бюджет***</b>										
227	Макаронные отварные	80	2,89	1,96	10,72	103,57				
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,04	0,39	11,94	59,40				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
<b>Итого:</b>		315	5,13	2,35	31,76	198,97				
<b>2 неделя (понедельник)</b>										
<b>Завтрак*</b>										
192	Каша овсяная (геркулес) молочная вязкая с маслом	180/5	7,20	9,10	30,80	239,00				
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	2,38	0,46	13,93	69,30				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
<b>Итого:</b>		420	9,78	9,56	53,83	344,30				

<b>Обед**</b>										
25	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,00	4,80	5,00	69,00				
261	Макаронны, запеченные с сыром	180	9,27	11,16	37,08	286,20				
573	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,50				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
	<b>Итого:</b>	<b>470</b>	<b>12,37</b>	<b>16,16</b>	<b>63,48</b>	<b>449,70</b>				
	<b>Бюджет**</b>									
192	Каша овсяная (геркулес) молочная вязкая	80	3,20	4,05	13,69	106,23				
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,04	0,39	11,94	59,40				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
	<b>Итого:</b>	<b>310</b>	<b>5,44</b>	<b>4,44</b>	<b>34,73</b>	<b>201,63</b>				
	<b>2 недели (вторник)</b>									
	<b>Завтрак*</b>									
194	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	180/5	8,70	10,00	44,70	313,00				
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	2,38	0,46	13,93	69,30				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
	<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>11,28</b>	<b>10,46</b>	<b>67,73</b>	<b>418,30</b>				
	<b>Обед**</b>									
183	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	8,83	5,67	32,58	260,00				
80	Рыба тушеная в томате с овощами	50	5,45	2,20	2,35	47,00				
573	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,50				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>16,38</b>	<b>8,07</b>	<b>56,33</b>	<b>401,50</b>				
	<b>Бюджет**</b>									
194	Каша ячневая молочная вязкая	80	3,87	4,44	19,87	139,11				
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,04	0,39	11,94	59,40				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
	<b>Итого:</b>	<b>310</b>	<b>6,11</b>	<b>4,83</b>	<b>40,91</b>	<b>234,51</b>				
	<b>2 недели (среда)</b>									
	<b>Завтрак*</b>									
210	Каша молочная Дружба с маслом	180/5	5,70	7,80	30,10	216,00				
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	2,38	0,46	13,93	69,30				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
	<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>8,28</b>	<b>8,26</b>	<b>53,13</b>	<b>321,30</b>				
	<b>Обед**</b>									
65/132	Суп картофельный с бобовыми, с гречками и курицей	250/20/20	15,20	10,60	38,80	330,80				
573	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,50				
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00				
582	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,00				

		<b>Итого:</b>	<b>620</b>	<b>18,80</b>	<b>12,76</b>	<b>75,08</b>	<b>508,30</b>
<b>Бюджет***</b>							
210	Каша молочная Дружба		80	2,54	3,47	13,38	96,00
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,04	0,39	11,94	59,40
200	Чай с сахаром		200	0,20	0,00	9,10	36,00
		<b>Итого:</b>	<b>310</b>	<b>4,78</b>	<b>3,86</b>	<b>34,42</b>	<b>191,40</b>
<b>2 недели (четверг)</b>							
<b>Завтрак*</b>							
205	Каша молочная манная с маслом		180/5	7,70	10,30	37,90	278,00
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		35	2,38	0,46	13,93	69,30
300	Чай с сахаром		200	0,20	0,00	9,10	36,00
		<b>Итого:</b>	<b>435</b>	<b>10,28</b>	<b>10,76</b>	<b>60,93</b>	<b>383,30</b>
<b>Обед**</b>							
138	Плов из курицы		200	12,20	13,20	22,20	267,00
573	Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,50
310	Компот из сухофруктов		200	0,50	0,10	30,90	123,00
		<b>Итого:</b>	<b>485</b>	<b>14,60</b>	<b>13,50</b>	<b>65,40</b>	<b>448,50</b>
<b>Бюджет***</b>							
205	Каша молочная манная		80	3,42	4,85	16,85	123,56
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,04	0,39	11,94	59,40
300	Чай с сахаром		200	0,20	0,00	9,10	36,00
		<b>Итого:</b>	<b>310</b>	<b>5,66</b>	<b>5,24</b>	<b>37,89</b>	<b>218,96</b>
<b>2 недели (пятница)</b>							
<b>Завтрак*</b>							
227	Макаронные изделия отварные с маслом		180/5	6,50	4,40	24,12	233,04
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		35	2,38	0,46	13,93	69,30
377	Чай с сахаром		200	0,53	0,00	9,47	40,00
		<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>9,41</b>	<b>4,86</b>	<b>47,52</b>	<b>342,34</b>
<b>Обед**</b>							
63	Суп картофельный с крупой с курицей		250/20	2,39	4,87	14,90	122,36
573	Хлеб пшеничный		30	2,28	0,24	14,76	70,20
300	Чай с сахаром		200	0,20	0,00	9,10	36,00
582	Печенье		20	1,50	1,96	14,88	83,00
		<b>Итого:</b>	<b>490</b>	<b>6,37</b>	<b>7,07</b>	<b>53,64</b>	<b>311,56</b>
<b>Бюджет***</b>							
227	Макаронные отварные		80	0,09	0,00	10,72	16,00
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,04	0,39	11,94	59,40
300	Чай с сахаром		200	0,20	0,00	9,10	36,00
		<b>Итого:</b>	<b>310</b>	<b>2,33</b>	<b>0,39</b>	<b>31,76</b>	<b>111,40</b>

для (суббота)

Завтрак\*

192	Каша овсяная (геркулес) молочная вязкая с маслом	180/5	7,20	9,10	30,80	239,00
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	2,38	0,46	13,93	69,30
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00

**Итого:**

		<b>450</b>	<b>9,78</b>	<b>9,56</b>	<b>53,83</b>	<b>344,30</b>
--	--	------------	-------------	-------------	--------------	---------------

Бюджет\*\*\*

192	Каша овсяная (геркулес) молочная вязкая	80	3,20	4,04	13,69	106,22
574	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,04	0,39	11,94	59,40
300	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,10	36,00

**Итого:**

		<b>310</b>	<b>5,44</b>	<b>4,43</b>	<b>34,73</b>	<b>201,62</b>
--	--	------------	-------------	-------------	--------------	---------------