



Гильфанова



Приложение № 2
к Муниципальному контракту № _____ от « _____ » _____ 2022 г

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образования

С. Кудрявцев
В. Кудрявцев

Примерное двухдневное меню для учащихся с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях
Агрызского района в 2023 уч. году (осенний сезон)

№ рецепту	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорий ность,	Витами н В1, мг	Витами н С, мг	Витами н А, мг	Витами н Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мд, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
1 день														
№ 75/2017	Икра морковная	60	1,32	1,60	6,50	56,20	0,02	3,12	0,00	0,42	18,40	15,60	7,70	0,74
№ 266/2017	Бифштекс рубленый	80	8,32	7,10	0,00	200,00	0,04	0,00	0,00	1,34	11,01	127,02	6,00	1,10
№ 174/2017	Каша ячневая вязкая	150/5	5,480	8,230	29,400	215	0,090	0	41,000	0,518	37,350	180,553	27,300	0,705
ТТК №13	Чай полусладкий с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	0,16	-	136,60	92,80	5,40	0,11
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	-	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Итого:	390	19,92	18,72	75,56	666,70	0,24	4,45	41,16	2,72	212,12	448,19	53,60	3,36
2 день														
№ 25/2004	Салат степной	60	1,29	4,96	7,12	78,30	0,10	10,40	0,00	0,06	24,24	46,98	14,04	0,61
№ 289/2017	Рагу из птицы	50/150	12,30	17,66	29,85	313,00	0,20	8,08	0,18	2,10	57,66	201,911	26,394	0,11
ТТК №18	Какао с молоком (полусладкое)	200	3,78	0,67	26,00	125,00	0,02	1,33	-	0,01	133,33	111,11	25,56	2,00
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	-	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	-	-	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Итого:	310	20,65	23,73	86,73	631,30	0,37	19,81	0,18	2,61	223,99	190,31	46,80	3,42
3 день														
№ 338/2017	Плоды и ягоды свежие (мандарины)	80	0,64	0,16	6	30,4	0,05	30,4	0	0,2	28	9	8,8	0,08
№ 32/2017	Салат из свеклы отварной	60	0,855	3,653	11,58	56	0,011	7,7	0	0,641	121,09	84,582	12,54	0,198
№ 256/2017	Мясо тушеное	50/50	10,50	11,03	3,18	196,00	0,14	3,89	0,00	0,36	66,81	215,17	30,16	1,43
№ 174/2017	Каша рисовая вязкая	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
№ 377/2017	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,08	0,01	15,19	62,00	0,00	2,80	0,00	0,01	3,25	1,54	0,84	0,09
	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
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	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
	Итого:	110	19,01	20,67	96,39	669,10	0,27	44,79	0,03	1,66	229,27	403,42	75,84	3,02