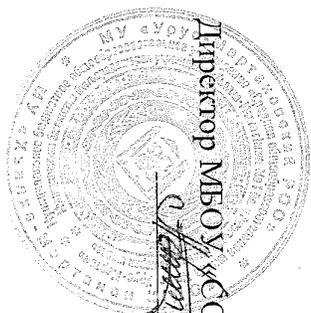


Подписано цифровой подписью: Ахмадова Бирлант Хасановна
Дата: 2024.09.13 16:13:24 +03'00'

Ахмадова Бирлант Хасановна

Меню «Завтрак»



Директор МБОУ «СОШ №1 г. Урус-Мартан»
Б.Х. Ахмадова
30.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	
Понедельник	Котлета куриная	70	6.65	12.6	19.6	218.4	
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82	
	Картофельное пюре №377	100	2.7	4	5.8	70	
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02	
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6	
	Итого		500	14.52	17.6	75.84	519.84
	Каша рисовая с изюмом №177	170	4.93	8.81	38.85	254.41	
Вторник	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83	
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82	
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6	
	Итого		500	11.59	11.06	95.69	528.66
	Омлет с сыром №275	80	9.3	12.4	1.5	155	
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02	
	Хлеб пшеничный	60	4.73	0.6	24.14	120.88	
Среда	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЙМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64	
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6	
	Итого		430	15.34	21.7	52.07	465.14
	Рис припущенный №305	100	2.43	2.87	24.45	133.35	
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83	
	Хлеб пшеничный	70	5.52	0.7	33.8	163.58	
	Соуски "Особые халвадь"	50	4.75	6.75	1.37	85.23	
Четверг	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6	
	Итого		500	15.42	12.07	92.32	539.59

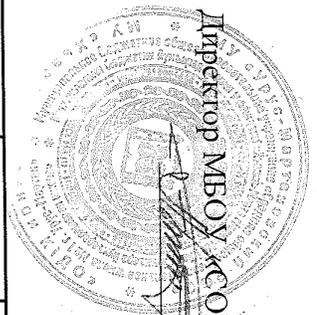
Пятница	Рыба припущенная №296	75	13	0.5	0.8	59.7	
	Картофельное пюре №377	150	4.04	6	8.7	104.96	
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82	
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64	
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83	
	Итого	485	22.58	16.55	49.67	437.95	
	Рыба припущенная №296	75	13	0.5	0.8	59.7	
	Рис отварной №304	100	2.43	3.58	24.46	139.78	
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82	
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02	
Понедельник	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64	
	Булочка домашняя	60	4.2	6.7	27.8	188.3	
	Итого	495	23.68	19.58	86.83	618.26	
	Суп молочный с макаронными изделиями №120	200	15.8	5.3	17.9	182.5	
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83	
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82	
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64	
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6	
	Булочка домашняя	60	4.2	6.7	27.8	188.3	
	Итого	600	26.74	22.45	102.67	719.69	
Вторник	Мясли с молоком №179	135	15.9	7.7	15	194	
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02	
	Хлеб пшеничный	60	4.73	0.6	24.14	120.88	
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64	
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6	
	Итого	485	21.94	17	65.57	504.14	
	Гречка отварная №4,3	100	5.73	4.06	25.76	162.5	
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82	
	Котлета куриная	70	6.65	12.6	19.6	218.4	
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02	
Среда	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6	
	Итого	500	17.55	17.66	95.8	612.34	
	Четверг	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6
		Итого	500	17.55	17.66	95.8	612.34

Пчтницаа							
Рис отварной №304	100	2.43	3.58	24.46	70		
Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	120.88		
Чай с лимоном №459	180	0.02	0.09	8.55	35.09		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64		
Котлета куриная	70	6.65	12.6	19.6	218.4		
Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6		
Итого	490	14.32	25.37	93.68	594.61		

Ахмадова
Бирлант
Хасановна

Подписано
цифровой
подписью:
Ахмадова Бирлант
Хасановна
Дата: 2024.09.13
16:13:56 +03'00'

Меню «Обед»



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «СОШ №1 г. Урус-Мартан»
Б.Х.Ахмадова
30.08.2024 г.

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,6
	Греча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	715	28,16	26,05	121,32	833,29
	Рассольник домашний №95	200	2	4,06	7,34	73,9
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	209,65
	Сосиски "Особые халып", "	100	9,5	13,5	2,74	170,46
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
Вторник	Сыр порциями	30	6,96	8,88	0	107,76
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	780	30,02	32,91	104,56	777,04
	Борщ №81	250	11,1	10,85	8,56	176,29
	Сметана	10	0,25	2	0,34	20,4
	Капустя тушеная №380	127	3	5,1	11,4	103,5
Среда	Сыр порциями	30	6,96	8,85	0	107,76
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25

	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	717	29,23	27,9	78,09	623,22
	Суп с бобовыми (119)	250	7,15	48,15	15,61	524,39
	Картофельное пюре №377	150	4,05	6	8,7	105
	Соусики "Особые халпыль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	Сыр порциями	10	2,32	2,95	0	35,83
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	810	30,94	71,7	84,84	1050,95
	Суп картофельный №112	250	3,25	3,37	10,75	86,33
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	210	7,64	8,1	42,64	274,02
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	Сыр порциями	30	6,96	8,85	0	107,76
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	790	25,77	21,42	111,18	683,38
	Борщ со свежей капустой и томатом	200	5	10	20	190
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	105	3,82	4,05	21,32	137,01
	Котлета куринная	90	8,58	16,25	25,28	281,69
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	670	23,35	31,15	112,32	823,97
	Рассольник домашний №95	200	2	4,06	7,34	73,9
	Пюре картофельное №377	150	4,05	6	8,7	105
	Соусики "Особые халпыль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	МАСЛЮ СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	0,16	16,4	0,28	149,36
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	770	23,63	41,06	76,85	713,99
Вторник						
Понедельник						
Пятница						
Четверг						

среда	Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	1,76	4,95	7,9	83,19
	Плов с курицей №291	200	16,95	10,47	35,73	304,95
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	Сыр порциями	30	6,96	8,85	0	107,76
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	780	33,59	25,37	101,42	711,17
	Суп из овощей с фасолью №117	200	3,2	3,94	7,38	77,8
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	209,65
	Сосиски "Особые халыль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
Четверг	Сыр порциями	30	6,96	8,85	0	107,76
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	780	31,22	32,76	104,6	780,94
	Борщ №81	200	8,88	8,68	6,85	141,04
	Сметана	10	0,25	2	0,34	20,4
	Греча отварная №4,3	150	8,59	6,09	38,64	243,73
	Соус красный основной №422	50	1	1,3	3,09	28,06
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,14	74,68
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
Пятница	Итого	720	26,72	27,37	106,85	723,18