

Согласовано:  
 Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
 М. Вадруцева

Утверждаю:  
 Директор ООО "Гурман"  
 С. Минусов

## МЕНЮ 10.02.2025

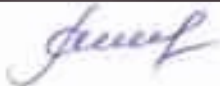
Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак 7-11</b>							
	Каша манная молочная жидкая	200	6,21	7,08	30,91	214,98	227
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный	40	4,09	1,2	19,2	104,82	2
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
	Масло сливочное (порциями)	10	0,16	14,5	0,26	132,2	79,01
<b>Итого за Завтрак 7-11</b>		<b>500</b>	<b>14,66</b>	<b>23,63</b>	<b>79,72</b>	<b>593</b>	
<b>2 Завтрак 7-11</b>							
	Яблоко	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
<b>Итого за 2 Завтрак 7-11</b>		<b>200</b>	<b>0,57</b>	<b>0,57</b>	<b>14</b>	<b>62,86</b>	
<b>Обед 7-11</b>							
	Рассольник ленинградский	200	11,65	12,06	6,94	182,8	100,06
	Плов из курицы	200	11,2	12,04	33,92	426,4	492,01
	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,85	4,34	5,19	62,57	38,04
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6	495,01
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
<b>Итого за Обед 7-11</b>		<b>730</b>	<b>33,37</b>	<b>29,93</b>	<b>115,47</b>	<b>1025,7</b>	
<b>Полдник 7-11</b>							
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460,03
	Ватрушки с повидлом	100	4,67	6	61	289	530,02
<b>Итого за Полдник 7-11</b>		<b>300</b>	<b>6,27</b>	<b>7,3</b>	<b>72,5</b>	<b>353</b>	
<b>Ужин 7-11</b>							
	Калуста тушеная	160	3,2	5,44	12,16	110,4	380,07
	Биточек парвой (кор)	90/5	13,3	14,36	7,92	215,33	126,09
	Отвар шиповника	200	0,68		4,3	22	111
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
<b>Итого за Ужин 7-11</b>		<b>505</b>	<b>20,98</b>	<b>20,2</b>	<b>48,98</b>	<b>488,73</b>	
<b>2 Ужин 7-11</b>							
	Снежок	200	6	6,4	11	118	470,06
<b>Итого за 2 Ужин 7-11</b>		<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6,4</b>	<b>11</b>	<b>118</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>2 435</b>	<b>81,85</b>	<b>88,03</b>	<b>341,67</b>	<b>2641,29</b>	

Технолог



А.Я.Мансурова

Согласовано:  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

Утверждаю:  
Директор ООО "Гурман"  
А.С.Муниров

### Меню 10.02.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак 12+</b>							
	Каша манная молочная жидкая	250	7,76	8,85	38,64	268,73	227,12
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный	40	4,09	1,2	19,2	104,82	2
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
	Масло сливочное (порциями)	10	0,16	14,5	0,26	132,2	79,01
<b>Итого за Завтрак 12+</b>		550	16,21	25,4	87,45	646,75	
<b>2 Завтрак 12-</b>							
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
<b>Итого за 2 Завтрак 12+</b>		200	0,57	0,57	14	62,86	
<b>Обед 12+</b>							
	Рассольник ленинградский	250	14,56	15,08	8,68	228,5	100,01
	Плов из курицы	250	24	28,8	42,4	533	492
	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,41	7,23	8,64	104,29	38,01
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6	495,01
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
<b>Итого за Обед 12+</b>		870	49,64	52,6	129,14	1195,72	
<b>Полдник 12+</b>							
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460,03
	Ватрушки с повидлом	150	7	2,8	69,6	332	530,04
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,05	119,29	154,06
<b>Итого за Полдник 12+</b>		400	12,55	4,6	105,15	515,29	
<b>Ужин 12+</b>							
	Капуста тушеная	200	4	6,8	15,2	138	380,08
	Биточек парвой	100	16,8	18,1	10	272	126,1
	Отвар шиповника	200	0,68		4,3	22	111
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
<b>Итого за Ужин 12+</b>		600	29,28	26,05	74,15	652	
<b>2 Ужин 12+</b>							
	Снежок	200	2,6	3,2	11	83	470,06
<b>Итого за 2 Ужин 12+</b>		200	2,6	3,2	11	83	
<b>Итого за день</b>		2 820	110,85	112,42	420,89	3155,62	

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано:  
 Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
 Е.М. Вахрушева

Утверждаю:  
 Директор МБОУ "СКОШИ ЧГО"  
 С.М. Муромов

МЕНЮ 11.02.2025

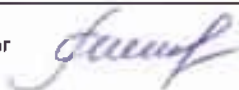
Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак 7-11</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,2	8,1	24,63	200,25	139
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	459
	Яйцо куриное варёное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	4,1
	Хлеб пшеничный	40	4,09	1,2	19,2	104,82	2
	Сыр голландский порционный	10	2,6	2,68		35	1,05
<b>Итого за Завтрак 7-11</b>		<b>540</b>	<b>19,27</b>	<b>16,68</b>	<b>53,61</b>	<b>442,87</b>	
<b>2 Завтрак 7-11</b>							
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1
<b>Итого за 2 Завтрак 7-11</b>		<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	
<b>Обед 7-11</b>							
	Борщ с капустой и картофелем	200	6,95	9,53	7,37	142,95	95,11
	Пюре из гороха с маслом	150	16,1	3,66	29,05	213,66	389,06
	Котлеты "Школьные"	90	13,77	9,9	11,97	191,7	347,17
	Салат "Здоровье"	60	0,9	3,1	4,3	48	21,02
	Компот из свежих яблок	200	0,24	0,24	25,84	103	12
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
<b>Итого за Обед 7-11</b>		<b>790</b>	<b>47,09</b>	<b>27,83</b>	<b>129,86</b>	<b>977,64</b>	
<b>Полдник 7-11</b>							
	Молоко кипяченое	200	6,1	5,3	10,1	112,89	255
	Сдоба обыкновенная	100	8	2,8	47,8	248	545,01
<b>Итого за Полдник 7-11</b>		<b>300</b>	<b>14,1</b>	<b>8,1</b>	<b>57,9</b>	<b>360,89</b>	
<b>Ужин 7-11</b>							
	Биточек рыбный	90	10,64	12,65	13,08	209,46	88,03
	Картофель отварной с маслом	180	4,97	9,26	18,52	176,57	152,04
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
<b>Итого за Ужин 7-11</b>		<b>520</b>	<b>19,61</b>	<b>22,41</b>	<b>65,5</b>	<b>565,03</b>	
<b>2 Ужин 7-11</b>							
	Кефир	200	5,8	5	8	101	470
<b>Итого за 2 Ужин 7-11</b>		<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>101</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>2 550</b>	<b>106,37</b>	<b>80,12</b>	<b>324,97</b>	<b>2490,43</b>	

Технолог



А.Я. Мансурова



Согласовано:  
 Директор МБОУ СКОШИ  
 / Е.М.Вахрушева



Утверждаю:  
 Директор ООО "Гурман"  
 / И.С.Муниров

## Меню 11.02.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГОЗ

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак 12+</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,2	0,1	24,63	200,25	139
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	459
	Яйцо куриное варёное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	4,1
	Хлеб пшеничный	50	5,11	1,5	24	131,03	2,07
	Сыр голландский порционный	10	2,6	2,68		35	1,05
<b>Итого за Завтрак 12+</b>		550	20,29	16,98	58,41	469,08	
<b>2 Завтрак 12+</b>							
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1
<b>Итого за 2 Завтрак 12+</b>		200	0,5	0,1	10,1	43	
<b>Обед 12+</b>							
	Борщ с капустой и картофелем	250	6,95	9,53	7,37	142,95	95
	Пюре из гороха с маслом	200	21,46	4,88	38,73	284,88	389,07
	Котлеты "Школьные"	100	15,3	11	13,3	213	347,19
	Салат "Здоровье"	100	1,5	5,17	7,17	80	21
	Компот из свежих яблок	200	0,24	0,24	25,84	103	12
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,6	574,03
<b>Итого за Обед 12+</b>		960	54,05	32,12	141,07	1064,43	
<b>Полдник 12+</b>							
	Молоко кипяченое	200	6,1	5,3	10,1	112,89	255
	Сдоба обыкновенная	100	8	2,8	47,8	248	545,01
	Хлеб пшеничный	50	5,11	1,5	24	131,03	2,07
<b>Итого за Полдник 12+</b>		350	19,21	8,1	81,9	491,92	
<b>Ужин 12+</b>							
	Биточек рыбный	100	11,82	14,06	14,53	232,73	88,04
	Картофель отварной с маслом	200	5,52	10,29	20,57	196,19	152,03
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
<b>Итого за Ужин 12+</b>		600	25,34	25,6	89,05	686,92	
<b>2 Ужин 12+</b>							
	Кефир	200	5,8	5	8	101	470
<b>Итого за 2 Ужин 12+</b>		200	5,8	5	8	101	
<b>Итого за день</b>		2 860	125,19	89,4	388,53	2856,35	

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано:  
 Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
 Е.М.Вахрушева

Утверждаю:  
 Директор ДОО "Турман"  
 Х.С.Мунисов

## МЕНЮ 12.02.2025

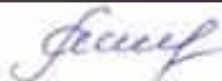
Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак 7-11</b>							
	Каша "Дружба"	200	5,2	6,6	27,6	190,6	229,02
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	130,5	576
	Хлеб пшеничный	40	4,09	1,2	19,2	104,82	2
	Масло сливочное (порциями)	10	0,16	14,5	0,26	132,2	79,01
<b>Итого за Завтрак 7-11</b>		<b>500</b>	<b>16,5</b>	<b>26,65</b>	<b>86,56</b>	<b>652,12</b>	
<b>2 Завтрак 7-11</b>							
	Яблоко	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
<b>Итого за 2 Завтрак 7-11</b>		<b>200</b>	<b>0,57</b>	<b>0,57</b>	<b>14</b>	<b>62,86</b>	
<b>Обед 7-11</b>							
	Суп картофельный с крупой	200	2,41	4,02	7,84	178,2	114,04
	Рагу овощное с мясом птицы	200	21,24	23,18	14,91	353,1	19,01
	Огурцы соленые (порциями)	60	0,48	0,06	1,02	6,6	149,15
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
<b>Итого за Обед 7-11</b>		<b>750</b>	<b>33,46</b>	<b>28,76</b>	<b>84,4</b>	<b>854,23</b>	
<b>Полдник 7-11</b>							
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	542,01
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
<b>Итого за Полдник 7-11</b>		<b>300</b>	<b>4,8</b>	<b>6,8</b>	<b>47,9</b>	<b>273</b>	
<b>Ужин 7-11</b>							
	Каша ячневая вязкая	150	5,3	4,86	24,23	161,85	227,01
	Биточек парвой (кор)	90	12,6	13,6	7,5	204	126,09
	Напиток Лимонный	200	0,1		20,4	79	189
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573,05
<b>Итого за Ужин 7-11</b>		<b>500</b>	<b>22,56</b>	<b>18,94</b>	<b>81,65</b>	<b>585,25</b>	
<b>2 Ужин 7-11</b>							
	Снежок	200	6	6,4	11	118	470,06
<b>Итого за 2 Ужин 7-11</b>		<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6,4</b>	<b>11</b>	<b>118</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>2 450</b>	<b>83,89</b>	<b>88,12</b>	<b>325,51</b>	<b>2545,46</b>	

Технолог



А.Я.Мансурова

Согласовано:  
Директор

МБС СКОШИ ЧГО  
М Вахрушева

Утверждаю:  
Директор ООО "Турман"  
Х.С. Муниров

**МЕНЮ 12.02.2025**

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2

Неделя: 1

День: сред

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак 12+</b>		6,5					
	Каша "Дружба"	250		8,25	34,5	238,25	229,09
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	130,5	576
	Хлеб пшеничный	40	4,09	1,2	19,2	104,82	2
	Масло сливочное (порциями)	10	0,16	14,5	0,26	132,2	79,01
<b>Итого за Завтрак 12+</b>		550	17,8	28,3	93,46	699,77	
<b>2 Завтрак 12+</b>							
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
<b>Итого за 2 Завтрак 12+</b>		200	0,57	0,57	14	62,86	
<b>Обед 12+</b>							
	Суп картофельный с крупой	250	3,01	5,03	9,8	97,75	114
	Рагу овощное с мясом птицы	250	26,55	28,97	18,64	441,38	19
	Огурцы соленные (порциями)	100	0,8	0,1	1	11	149,16
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
<b>Итого за Обед 12+</b>		890	39,69	35,6	90,77	842,46	
<b>Полдник 12+</b>							
	Булочка домашняя	100	0,6	4,2	27,8	189	542,01
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50		4	24,6	117	573
<b>Итого за Полдник 12+</b>		350	8,6	7,2	72,5	390	
<b>Ужин 12+</b>							
	Каша ячневая вязкая	200	7,06	6,48	32,31	215,81	227
	Биточек парвой	100	0,1	16,8	18,1	272	126,1
	Напиток Лимонный	200			20,4	79	189
	Хлеб пшеничный	50	3,8	4	24,6	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
<b>Итого за Ужин 12+</b>		600	31,76	25,73	107,36	786,81	
<b>2 Ужин 12+</b>							
	Снежок	200	2,6	3,2	11	83	470,06
<b>Итого за 2 Ужин 12+</b>		200	2,6	3,2	11	83	
<b>Итого за день</b>		2 790	101,02	100,6	389,09	2864,9	

Технолог

А.Я. Мансурова

Согласовано  
 Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
 Е.М. Вакрушева

Утверждено  
 Директор ООО "Турман"  
 Х.С. Миниров

**МЕНЮ 13.02.2025**

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша пшенная молочная жидкая	150	5,46	5,44	26,14	175,32	235,03
	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,6	462,01
	Бутерброд с сыром	15/50	8,45	12,68	12,03	196,63	64,03
	Яблоко	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01
<b>Итого за Завтрак 1</b>		<b>535</b>	<b>17,28</b>	<b>21,13</b>	<b>60,39</b>	<b>500,55</b>	
2 Завтрак 7-11	Отвар шиповника	200	0,68		4,3	22	111
	<b>Итого за 2 Завтрак 7-11</b>		<b>200</b>	<b>0,68</b>		<b>4,3</b>	<b>22</b>
Обед 7-11	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	4,8	7,04	82,4	104,05
	Пюре картофельное	150	2,7	4	5,8	70	377,01
	Котлета из птицы (кор)	90	15,82	55,88	14,79	288,98	1 095,03
	Винегрет овощной	60	0,96	3,72	3,96	52,8	47,02
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
<b>Итого за Обед 7-11</b>		<b>790</b>	<b>30,71</b>	<b>69,9</b>	<b>93,02</b>	<b>815,51</b>	
Полдник 7-11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Ватрушка с повидлом (3)	100	6,3	2,7	76,2	434	160
	<b>Итого за Полдник 7-11</b>		<b>300</b>	<b>6,9</b>	<b>2,8</b>	<b>96,3</b>	<b>518</b>
Ужин 7-11	Каша гречневая вязкая	180	5,83	6,74	28,27	204,94	213,04
	Тефтели с рисом соус(т)	70/50	4,17	3,22	4,81	64,96	91,17
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	<b>Итого за Ужин 7-11</b>		<b>500</b>	<b>10,2</b>	<b>10,06</b>	<b>42,38</b>	<b>307,9</b>
2 Ужин 7-11	Кефир	200	5,8	5	8	101	470
	<b>Итого за 2 Ужин 7-11</b>		<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>101</b>
<b>Итого за день</b>		<b>2 525</b>	<b>71,57</b>	<b>108,89</b>	<b>304,39</b>	<b>2264,96</b>	

Технолог

*А.Я. Мансурова*

А.Я. Мансурова

Согласовано:  
 Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
 Е.М.Вахрушева

Утверждаю:  
 Директор ООО "Гурман"  
 Х.С.Муниров

## МЕНЮ 13.02.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак 12+</b>							
	Каша пшеничная молочная жидкая	250	9,1	9,07	43,56	292,2	235,05
	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,6	462,01
	Бутерброд с сыром	15/50	8,45	12,68	12,03	196,63	64,03
	Фрукты	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01
<b>Итого за Завтрак 12+</b>		635	20,92	24,76	77,81	617,43	
<b>2 Завтрак 12+</b>							
	Отвар шиповника	200	0,68		4,3	22	111
<b>Итого за 2 Завтрак 12+</b>		200	0,68		4,3	22	
<b>Обед 12+</b>							
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	6	4,1	77,5	104
	Пюре картофельное	200	3,6	5,33	7,73	93,33	377,08
	Котлета из птицы	100	17,58	62,09	16,44	321,09	1 095,04
	Винегрет овощной	100	1,6	6,2	6,6	88	47
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
<b>Итого за Обед 12+</b>		940	34,16	81,12	96,3	877,25	
<b>Полдник 12+</b>							
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Ватрушка с повидлом	100	6,3	2,7	76,2	434	160
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
<b>Итого за Полдник 12+</b>		350	10,7	3,2	120,9	635	
<b>Ужин 12+</b>							
	Каша гречневая вязкая	200	8,7	7,49	31,42	227,71	213
	Тефтели с рисом соусе	70/50	4,17	3,22	4,81	64,96	91,17
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
<b>Итого за Ужин 12+</b>		620	20,87	11,96	90,18	550,67	
<b>2 Ужин 12+</b>							
	Кефир	200	5,8	5	8	101	470
<b>Итого за 2 Ужин 12+</b>		200	5,8	5	8	101	
<b>Итого за день</b>		2 945	93,13	126,04	397,49	2803,35	

Технолог

А.Я.Мансурова



Согласовано:  
 Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
 Е.М.Вахрушева

Утверждаю:  
 Директор ООО "Гурман"  
 С.Муниров

**МЕНЮ 14.02.2025**

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак 12+</b>							
	Каша гречневая молочная жидкая	250	9,33	8,63	41,63	283,75	2,8
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	207,5	582,03
	Хлеб пшеничный	40	4,09	1,2	19,2	104,82	2
	Масло сливочное (порциями)	10	0,16	14,5	0,26	132,2	79,01
<b>Итого за Завтрак 12+</b>		550	17,53	29,33	107,59	766,27	
<b>2 Завтрак 12+</b>							
	Яблоко	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
<b>Итого за 2 Завтрак 12+</b>		200	0,57	0,57	14	62,86	
<b>Обед 12+</b>							
	Суп картофельный с бобовыми.	250	6,3	3,58	14,6	115,75	113,07
	Макаронные изделия отварные	180	3,33	2,97	17,73	110,7	256,04
	Рыбная котлета "Лада"	100	18,6	11,8	8,9	276	170
	Икра кабачковая	100	2,07	8,66	8,52	120	10
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
<b>Итого за Обед 12+</b>		920	40,03	28,51	121,18	960,78	
<b>Полдник 12+</b>							
	Ватрушки с повидлом	100	4,67	1,87	46,4	221,33	530,02
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
<b>Итого за Полдник 12+</b>		350	11,77	5,17	84,8	432,33	
<b>Ужин 12+</b>							
	Каша ячневая вязкая	200	7,06	6,48	32,31	215,81	227
	Биточек парвой	100	16,8	18,1	10	272	126,1
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
<b>Итого за Ужин 12+</b>		600	33,26	27,03	98,46	771,81	
<b>2 Ужин 12+</b>							
	Снежок	200	2,6	3,2	11	83	470,06
<b>Итого за 2 Ужин 12+</b>		200	2,6	3,2	11	83	
<b>Итого за день</b>		2 820	105,76	93,81	437,03	3077,05	

Технолог

А.Я Мансурова

Согласовано:  
 Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
 Е.М. Вахрушева

Директор МБОУ "Турман"  
 С.С. Мушаров

ЧГО

МЕНЮ 14.02.2025

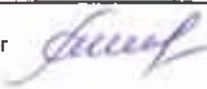
Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак 1</b>							
	Каша гречневая молочная жидкая	200	7,46	6,9	33,3	227	2,8
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	207,5	582,03
	Хлеб пшеничный	40	4,09	1,2	19,2	104,82	2
	Масло сливочное (порциями)	10	0,16	14,5	0,26	132,2	79,01
<b>Итого за Завтрак 1</b>		<b>500</b>	<b>15,66</b>	<b>27,6</b>	<b>99,26</b>	<b>709,52</b>	
<b>2 Завтрак 7-11</b>							
	Яблоко	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
<b>Итого за 2 Завтрак 7-11</b>		<b>200</b>	<b>0,57</b>	<b>0,57</b>	<b>14</b>	<b>62,86</b>	
<b>Обед 7-11</b>							
	Суп картофельный с бобовыми.	200	5,04	2,86	11,68	92,6	113,1
	Макаронные изделия отварные	150	3,7	3,3	19,7	123	256,01
	Рыбная котлета "Лада"(Т)	100	18,6	11,8	8,9	276	170
	Икра кабачковая (консервы диетические)	60	1,24	5,19	5,11	72	10
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
<b>Итого за Обед 7-11</b>		<b>800</b>	<b>38,31</b>	<b>24,65</b>	<b>116,82</b>	<b>925,93</b>	
<b>Полдник 7-11</b>							
	Ватрушки с повидлом	100	4,67	6	61	289	530,02
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
<b>Итого за Полдник 7-11</b>		<b>300</b>	<b>7,97</b>	<b>8,9</b>	<b>74,8</b>	<b>383</b>	
<b>Ужин 7-11</b>							
	Каша ячневая вязкая	150	5,3	4,86	24,23	161,85	227,01
	Биточек парвой (кор)	90/5	13,3	14,36	7,92	215,33	126,09
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573,05
<b>Итого за Ужин 7-11</b>		<b>505</b>	<b>24,76</b>	<b>21</b>	<b>73,17</b>	<b>581,58</b>	
<b>2 Ужин 7-11</b>							
	Снежок	200	6	6,4	11	118	470,06
<b>Итого за 2 Ужин 7-11</b>		<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6,4</b>	<b>11</b>	<b>118</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>2 505</b>	<b>93,27</b>	<b>89,12</b>	<b>389,05</b>	<b>2780,89</b>	

Технолог



А.Я.Мансурова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448730171

Владелец Вахрушева Елена Михайловна

Действителен с 27.06.2024 по 27.06.2025