Меню 19.05.2025

Утверждаю

Директор ООО "Гурман"

Х.С.Муниров

Неделя: 1 День понедельник Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2 Пищевые вещества Энерге-NΩ Прием пищи Наименование блюда Вес блюда ическая рецептуры Белки Жиры Углеводы ценность Завтрак 7-11 Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" 200 7,09 8,45 29,62 224 6,2 вязкая молочная Кофейный напиток 200 1,4 1,2 11,4 66 464,03 2,86 21,27 179,43 70,03 40/10 10,57 Бутерброд с маслом 0,75 Хлеб ржаной 50 4 20,05 103 574,08 Яблоко 0,57 82,31 200 0,57 14 62,86 Итого за Завтрак 7-11 15,92 96,34 700 21,54 635,29 Обед 7-11 9,04 60 1,92 0,12 6,24 32,4 Салат из квашеной капусты с луком 200 8,44 20,8 31,24 333,6 118,03 Суп крестьянский с крупой Рагу из отварной птицы с овощами 200 22,6 24,98 36,03 460 2,22 тушёное 200 84 495 Компот из смеси сухофруктов 0,6 0,1 20,1 Хлеб пшеничный 573 50 3,8 0,4 24,6 141 137,33 Хлеб ржаной 40 5,33 1 26,73 574,05 Итого за Обед 7-11 750 42,69 47,4 144,94 1188,33

2	-Я	CM	ена

Итого за день

Прием пищи	Наименование блюда	Pag Salara	Пи	Пищевые вещества			Nº
прием пищи	паименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая	рецептуры
Обед 7-11							
	Салат из квашеной капусты с луком	60	1,92	0,12	6,24	32,4	9,04
	Суп крестьянский с крупой	200	8,44	20,8	31,24	333,6	118,03
	Рагу из отварной птицы с овощами	200	22,6	24,98	36,03	460	2,22
	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
Итого за Обе		750	42,69	47,4	144,94	1188,33	
Полдник 7-11					<u>-</u>		
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460,03
	Булочка домашняя	50	4,1	3,35	17,9	94,5	542,02
	Яблоко	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01
Итого за Пол	дник 7-11	390	6,1	5,05	39,2	202,5	
Итого за дені	•	1 140	48,79	52,45	184,14	1390,83	-

58,61

68,94

241,28

1823,62

Технолог

А.Я.Мансурова



Меню 19.05.2025

	Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1		Меню 19.05.2025 Неделя: 1			День, понедельник			
Mary Com			Пи	щевые веще	ства	Энерге	№ рецептуры		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность			
Завтрак 12+					-				
•	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" вязкая молочная	250	8,87	10,56	37,02	280	6,15		
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	464,03		
	Бутерброд с маслом	40/15	2,86	10,57	21,27	179,43	70,04		
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08		
	Фрукты	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01		
Итого за Зав	трак 12+	695	17,53	23,48	99,54	672,43			
Обед 12+									
	Салат из квашеной капусты с луком	100	3,2	0,2	10,4	54	9		
	Суп крестьянский с крупой	250	10,55	26	35,3	417	118		
	Рагу из отварной птицы с овощами тушёное	240	27,12	29,98	43,24	552	2,23		
	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	50	4	0,75	20,05	103	574,08		
Итого за Обе	д 12+	890	49,27	57,43	153,69	1351	Ī		
Итого за ден	b	1 585	66,8	80,91	253,23	2023,43			

2-я с	M	е	Н	á
-------	---	---	---	---

Приом виши	Наименование блюда	Boo Salasa	Пи	щевые веще	тва	Энерге-	Nº
Прием пищи	паименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 12+							
	Салат из квашеной капусты с луком	100	3,2	0,2	10,4	54	9
	Суп крестьянский с крупой	250	10,55	26	35,3	417	118
	Рагу из отварной птицы с овощами	240	27,12	29,98	43,24	552	2,23
	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	50	4	0,75	20,05	103	574,08
Итого за Обе	д 12+	890	49,27	57,43	153,69	1351	
Полдник 12+							
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460,03
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	542,01
	Фрукты	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01
Итого з <mark>а</mark> Пол	дник 12+	440	6,2	8,4	49,1	297	
Итого за дені		1 330	55,47	65,83	202,79	1648	

Технолог

А.Я.Мансурова

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.Муниров

Меню 20.05.2025

Неделя: 1

День: вторния

120 38	Наименование блюда	5	Пи	щевые вещес	Энерге-	Nº	
Прием пищи		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводъ	тическая ценность	рецептуры
Завтрак 7-11							
	Суп молочный с макароными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155	44
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	Бутерброд с сыром	40/10	4,55	6,83	6,48	105,88	64,04
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
Итого за Зав	трак 7-11	500	17,7	16,29	60,32	457,88	
Обед 7-11							
	Салат из свеклы отварной	60	1,68	7,32	9,12	109,2	26,04
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	4,8	7,04	82,4	104,01
	Каша гречневая вязкая	150	4,53	9,62	23,56	170,78	213,05
	Котлета из птицы (кор)	90	15,82	55,88	14,79	288,98	1 095,03
	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
Итого за Обе	д 7-11	790	33,36	79,12	125,94	1013,69	
Итого за дені	Ь	1 290	51,06	95,41	186,26	1471,57	

2-я смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	Пищевые вещества		Энерге-	Nº
прием пищи	Паименование олюда	Вес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 7-11							
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1
	Салат из свеклы отварной	60	1,68	7,32	9,12	109,2	26,04
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	4,8	7,04	82,4	104,01
	Каша гречневая вязкая	150	4,53	9,62	23,56	170,78	213,05
	Котлета из птицы	90	15,82	55,88	14,79	288,98	1 095,03
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
1того за Обе	д 7-11	790	33,26	79,12	115,94	972,69	
Толдник 7-11							
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460,03
	Запеканка творожная с морковью	150	3,75	4,9	31,2	207,5	582,03
	Повидло	10	3,8	0,4	24,6	141	573
Ітого за Пол	дник 7-11	300	9,15	6,6	67,3	412,5	

Меню 20.05.2025

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.С.Муниров

Рацион: МБС	Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1		1		День:	вторник 🔊	5/5//
11210 8			Пи	щевые веще	тва	Энерге	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак 12+						•	
	Суп молочный с макароными изделиями	250	7,31	7,26	24,99	193,75	44,04
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	Бутерброд с сыром	40/10	4,55	6,83	6,48	105,88	64,04
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
Итого за Зав	трак 12+	550	19,16	17,74	65,32	496,63	
Обед 12+				·			
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1
	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,1	7,6	91	26
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	6	4,1	77,5	104
	Каша гречневая вязкая	200	8,7	7,49	31,42	227,71	213
	Котлета из птицы (кор)	100	17,58	62,09	16,44	321,09	1 095,04
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обе	д 12+	940	39,06	83,18	120,99	1038,63	
Итого за дені	5	1 490	58,22	100,92	186,31	1535,26	

-			
2-я	~ B	40	uc

Прием пищи	Наименование блюда	Pag Supra	Пи	щевые вещес	тва	Энерге-	Nº
прием пищи	Паименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 12+							1
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1
	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,1	7,6	91	26
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	6	4,1	77,5	104
	Каша гречневая вязкая	200	8,7	7,49	31,42	227,71	213
	Котлета из птицы (кор)	100	17,58	62,09	16,44	321,09	1 095,04
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обе		940	39,06	83,18	120,99	1038,63	
Толдник 12+							
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460,03
	Запеканка из творога с морковью	150	10,85	11,55	22,5	291	279,16
	Повидло, джем, варенье	10	0,04		6,5	26,2	86
Итого за Пол,	дник 12+	360	12,49	12,85	40,5	381,2	



Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х. С. Муниров

Меню 21.05.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2		Неделя:	1	День: среда			
The state of		5.6	Пи	Пищевые вещества Энерге			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак 7-11							
	Каша манная молочная жидкая	200	6,21	7,08	30,91	214,98	227
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	Яйцо варенное	40					1 156
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
	Масло сливочное	10	0,08	7,27	0,13	66	2,05
Итого за Зав	грак 7-11	500	13,59	18	64,89	477,98	
Обед 7-11				•			
	Винегрет с растительным маслом	60	0,95	3,98	5,31	61	39 _
	Уха рыбацкая	200	5,86	1,84	6,66	66,6	120,08
	Плов из отварной птицы	200	12,3	8,2	24,8	223	375
	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
Итого за Обе	д 7-11	750	28,84	15,52	108,2	712,93	
Итого за дені	b	1 250	42,43	33,52	173,09	1190,91	

2-я смена		15 6 1	Пи	щевые веще	тва	Энерге-	№ рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	
Обед 7-11				1	7		p
	Винегрет с растительным маслом	60	0,95	3,98	5,31	61	39
	Уха рыбацкая	200	5,86	1,84	6,66	66,6	120,08
	Плов из отварной птицы	200	12,3	8,2	24,8	223	375
	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
Итого за Обе	д 7-11	750	28,84	15,52	108,2	712,93	
Полдник 7-11							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Вафли	50	1,95	7,3	31,25	270,5	580
	Яблоко	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01
Итого за Пол	дник 7-11	390	2,55	7,8	50,35	352,5	
Итого за дені	b	1 140	31,39	23,32	158,55	1065,43	

Технолог

А.Я.Мансурова

Итого за Обед 12+

Итого за день

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.С.Муниров

791,88

1323,61

Меню 21.05.2025

Рацион: МБС	ацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1		1	€реда 15	0/0/2/		
			Пи	щевые веще	Энерге	Nº Nº	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры
Завтрак 12+						I	
	Каша манная молочная жидкая	250	7,76	_8,85	38,64	268,73	227,12
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	Яйцо варенное	40					1 156
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
	Масло сливочное	10	0,08	7,27	0,13	66	2,05
Итого за Зав	трак 12+	550	15,14	19,77	72,62	531,73	
Обед 12+							
	Винегрет с растительным маслом	100	1,58	6,64	8,84	101	39
	Уха рыбацкая	250	7,33	2,3	8,33	83,25	120,09
	Плов из отварной птицы	220	13,53	9,02	27,28	245,3	375,06
	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

32,17

47,31

19,46

39,23

115,88

188,5

Прием пиши	Наименование блюда	Poo Spinso	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº
Прием пищи	Паименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 12+							
	Винегрет с растительным маслом	100	1,58	6,64	8,84	101	39
	Уха рыбацкая	250	7,33	2,3	8,33	83,25	120,09
	Плов из отварной птицы	220	13,53	9,02	27,28	245,3	375,06
	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
1того за Обе	д 12+	860	32,17	19,46	115,88	791,88	
Толдник 12+							
	Фрукты	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Вафли	50	1,95	7,3	31,25	270,5	580
1того за Пол	дник 12+	390	2,55	7,8	50,35	352,5	
Итого за ден	b .	1 250	34,72	27,26	166,23	1144,38	

Технолог

А.Я.Мансурова

860

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.С. Муниров

1215,47

195,14

Меню 22.05.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2 Неделя: 1 День: четверг Пищевые вещества Энерге Прием пищи Наименование блюда Вес блюда тическая рецептуры Белки Жиры Углеводы ценность Завтрак 7-11 Каша рисовая вязкая 200 3,02 3,96 32,47 174,66 218,15 200 94 Какао с молоком 3,3 2,9 13,8 462 Хлеб ржаной 0,75 20,05 103 574,08 50 4 Бутерброд с маслом 2,86 40/10 10,57 21,27 179,43 70,03 Итого за Завтрак 7-11 13,18 18,18 87,59 500 551,09 Обед 7-11 200 43 Сок фруктовый 0,5 0,1 10,1 Салат картофельный с зеленым 60 1,5 3,78 4,98 60 42,02 горошком Суп гороховый со сметаной 200 3,68 2,7 10,17 79,93 51,02 Каша ячневая вязкая 150 6,36 5,83 29,08 194,23 227,11 90 0,23 0,02 1,89 8,89 469,05 Фрикадельки в соусе Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4 24,6 141 573 Хлеб ржаной 40 5,33 26,73 137,33 574,05 1 Итого за Обед 7-11 790 21,4 13,83 107,55 664,38

34,58

32,01

2-я	CME	3H
-----	-----	----

Итого за день

Прием пищи	Наименование блюда	Pag Salara	Пи	щевые веще	ые вещества Эн		Nº
прием пищи	паименование опода	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 7-11							
	Сок фруктовый	200	_0,5	0,1	10,1	43	-1
	Салат картофельный с зеленым	60	1,5	3,78	4,98	60	42,02
	Суп гороховый со сметаной	200	3,68	2,7	10,17	79,93	51,02
	Каша ячневая вязкая	150	6,36	5,83	29,08	194,23	227,11
	Фрикадельки в соусе	90	0,23	0,02	1,89	8,89	469,05
	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
Итого за Обе	д 7-11	990	22	13,93	127,65	748,38	
Полдник 7-11							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	542,01
	Бутерброд с маслом	40/10	2,86	10,57	21,27	179,43	70,03
Итого за Пол	дник 7-11	350	7,26	17,37	58,37	406,43	I C
Итого за день		1 340	29,26	31,3	186,02	1154,81	

Технолог

А.Я.Мансурова

2-я смена

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.С.Муниров

368

1057,02

Меню 22.05.2025

Рацион: МБС	ру скоши чго1	Неделя:	1	День: четверг чтов /5/				
13.5	Наименование блюда		Пи	Пищевые вещества			Nº	
Прием пищи		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептур	
Завтрак 12+			-					
	Каша рисовая вязкая	250	3,78	4,95	40,59	218,32	218,16	
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462	
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08	
	Бутерброд с маслом	40/10	2,86	10,57	21,27	179,43	70,03	
Итого за Зав	трак 12+	550	13,94	19,17	95,71	594,75		
Обед 12+								
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1	
	Салат картофельный с огурцами	100	2,1	6,3	8,2	98	43	
	солеными							
	Суп гороховый со сметаной	250	4,6	3,37	12,71	99,91	51,03	
	Каша ячневая вязкая	150	6,36	5,83	29,08	194,23	227,11	
	Фрикадельки в соусе	100	0,26	0,02	2,1	9,88	469	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573	
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	18,05	103	574	
<mark>1того за Об</mark> е	д 12+	900	21,62	16,77	104,84	689,02		
Итого за ден	b	1 450	35.56	35.94	200.55	1283.77		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	N₂
прием пищи	Паименование олюда	вес олюда г	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 12+							
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1
	Салат картофельный с огурцами	100	2,1	6,3	8,2	98	43
	Суп гороховый со сметаной	250	4,6	3,37	12,71	99,91	51,03
	Каша ячневая вязкая	150	6,36	5,83	29,08	194,23	227,11
	Фрикадельки в соусе	100	0,26	0,02	2,1	9,88	469
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	18,05	103	574
Итого за Обе		900	21,62	16,77	104,84	689,02	
Полдник 12+							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	542,01
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573

8,2

29,82

0,4 7,2

23,97

24,6 61,7

166,54

Технолог

Итого за Полдник 12+

Итого за день

1 250 А.Я.Мансурова

Меню 23.05.2025

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.С. Муниров

Рацион: МБС	у скоши чго2	Неделя:	1		День:	пятница	
			Пν	Пищевые вещества			N₂
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры
Завтрак 7-11							
	Каша пшеная молочная вязкая	200	8,18	8,07	40,94	270	27,1
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
	Бутерброд с маслом	40/10	2,86	10,57	21,27	179,43	70,03
	Яблоко	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
Итого за Зав	грак 7-11	700	15,81	20,06	105,56	653,29	
Обед 7-11							
	Салат из свеклы отварной	60	1,68	7,32	9,12	109,2	26,04
	Суп макаронными изделиями	200	3,85	4,43	10,59	96,21	147,01
	Пюре из гороха с маслом	150	16,1	3,66	29,05	213,66	389,06
	Фрикадельки в соусе	90	0,23	0,02	1,89	8,89	469,05
	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
Итого за Обе	д 7-11	790	31,59	16,93	122,08	790,29	
Итого за дені	b	1 490	47,4	36,99	227,64	1443,58	

Прием пищи	Наименование блюда	Poo Selono	Пи	щевые веще	вещества Энерг	Энерге-	Nº
прием пищи	Паименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 7-11				-			
	Салат из свеклы отварной	60	1,68	7,32	9,12	109,2	26,04
	Суп макаронными изделиями	200	3,85	4,43	10,59	96,21	147,01
	Пюре из гороха с маслом	150	16,1	3,66	29,05	213,66	389,06
	Фрикадельки в соусе	90	0,23	0,02	1,89	8,89	469,05
	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
Итого за Обе		790	31,59	16,93	122,08	790,29	
Полдник 7-11							
	Яблоко	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460,03
	Сдоба обыкновенная	50	4	1,4	23,9	124	545
Итого за Пол	дник 7-11	390	6	3,1	45,2	232	
Итого за ден		1 180	37,59	20,03	167,28	1022,29	

Технолог

А.Я.Мансурова

Меню 23.05.2025

Утверждаю Директор ООО "Турман" Х.С. Муниров

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1

Неделя: 1

День: пятница % 🥦

No.		1	Пи	щевые веще	Энерге	N₂	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Завтрак 12+			DOTINA	7111921	7171020421		, podonýp
·	Каша пшеная молочная вязкая	250	10,23	10,09	51,18	337,5	27,07
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
	Бутерброд с маслом	40/10	2,86	10,57	21,27	179,43	70,03
	Фрукты	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01
Итого за Зав	трак 12+	690	17,69	21,91	111,6	701,93	
Обед 12+							-
	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,1	7,6	91	26
	Суп макаронными изделиями	250	4,82	5,54	13,23	120,26	147,03
	Пюре из гороха с маслом	180	19,32	4,39	34,86	256,39	389,03
	Фрикадельки в соусе	100	0,26	0,02	2,1	9,88	469
	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
Итого за Обе	д 12+	920	35,53	17,55	129,22	839,86	
Итого за дені	ь	1 610	53,22	39,46	240,82	1541,79	

2-5	ı c	М	e	н	á

Прием пищи	Наименование блюда	Poo Strong	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	N₂
прием пищи	паименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 12+							
	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,1	7,6	91	26
	Суп макаронными изделиями	250	4,82	5,54	13,23	120,26	147,03
	Пюре из гороха с маслом	180	19,32	4,39	34,86	256,39	389,03
	Фрикадельки в соусе	100	0,26	0,02	2,1	9,88	469
	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
Итого за Обе	д 12+	920	35,53	17,55	129,22	839,86	
Полдник 12+							-
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460,03
	Сдоба обыкновенная	50	4	1,4	23,9	124	545
	Фрукты	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01
Итого за Пол	дник 12+	390	6	3,1	45,2	232	
<mark>Итого за ден</mark> і		1 310	41,53	20,65	174,42	1071,86	

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