Согласовано Директор МБОУ СКОШИ ЧГО Е.М.Вахрушева

Итого за день

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.О. Муниров

Меню 05.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2 Неделя: 1 День: среда Пищевые вещества Энерге-Прием пищи Наименование блюда Вес блюда тическая рецептуры Белки Жиры Углеводы ценность Завтрак 7-11 227 6,21 7,08 30,91 214,98 Каша манная молочная жидкая 200 2,9 462 200 3,3 13,8 94 Какао с молоком 40 1 156 Яйцо варенное 0,75 20,05 103 574,08 Хлеб ржаной 50 4 2,05 0.08 7,27 66 10 0,13 Масло сливочное 477,98 Итого за Завтрак 7-11 500 13,59 18 64,89 Обед 7-11 Винегрет с растительным маслом 60 0,95 3,98 5,31 61 39 1,84 120,08 200 5,86 6,66 66,6 Уха рыбацкая 200 8,2 24,8 223 375 Плов из отварной птицы 12,3 Компот из смеси сухофруктов 200 0,6 0,1 20,1 84 495 24,6 141 573 Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4 Хлеб ржаной 40 5,33 1 26,73 137,33 574,05 Итого за Обед 7-11 108,2 750 28,84 15,52 712,93

42,43

33,52

173,09

1190,91

2-я смена							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	Пищевые вещества			Nº
	тамменование олюда	вес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
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	
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		1 140	31,39	23,32	158,55	1065,43	

Технолог

А.Я.Мансурова

1 250

Согласовано Директор МБОУ СКОШИ ЧГО Е.М.Вахрушева

Итого за день

Утверждаю Директор ООО "Турман" ХС.Муниров

Меню 05.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1 Неделя: 1 День: среда 15 Энерге Пищевые вещества Прием пищи Наименование блюда Вес блюда тическая рецептуры Углеводы Белки Жиры ценность Завтрак 12+ 250 7,76 8,85 38,64 268,73 227,12 Каша манная молочная жидкая 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 7,27 Масло сливочное 10 0,08 0,13 66 2,05 Итого за Завтрак 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 83,25 120,09 220 13,53 27,28 375,06 Плов из отварной птицы 9,02 245,3 Компот из смеси сухофруктов 200 0,6 0,1 20,1 84 495 Хлеб пшеничный 50 0,4 24,6 141 573 3,8 Хлеб ржаной 40 5,33 26,73 137,33 574,05 Итого за Обед 12+ 32,17 860 19,46 115,88 791,88

47,31

39,23

188,5

1323,61

Приом виши	Наименование блюда	Pag Salasa	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
Итого за Обе	д 12+	860	32,17	19,46	115,88	791,88	
Полдник 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
Итого за Пол	дник 12+	390	2,55	7,8	50,35	352,5	
Итого за ден	ь	1 250	34,72	27,26	166,23	1144,38	

Технолог

А.Я.Мансурова

1 410

Согласовано Директор МБОУ СКОШИ ЧГО Е.М.Вахрушева

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.С. Муниров

Меню 06.11.2025

Рацион: МБС	У СКОШИ ЧГО2	Неделя:	1		День	четварг	A 12 2
	3/8/		Пи	іщевые веще	117 1 2	Энерге ЕНТ	DB BIN
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак 7-11						NI BI	
	Каша рисовая вязкая	200	3,02	3,96	32,47	174,66	218,15
	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
<mark>Ито</mark> го за Завт	грак 7-11	500	13,18	18,18	87,59	551,09	
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
	горошком				<u></u>		
	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
	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	21,4	13,83	107,55	664,38	
Итого за дені	b	1 290	34,58	32,01	195,14	1215,47	

_		
2-9	-	0110

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	щевые веще	тва	Энерге-	N₂
прием пищи	Паименование олюда	рес олюда –	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	(C
Итого за дені	9	1 340	29,26	31,3	186,02	1154,81	

Технолог

А.Я.Мансурова

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.С. Муниров

Меню 06.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1 Неделя: 1 День: четверг Пищевые вещества Энерге-NΩ Вес блюда Прием пищи Наименование блюда тическая рецептуры Белки Жиры Углеводы поннасть Завтрак 12+ 218,32 218,16 250 3,78 4,95 40,59 Каша рисовая вязкая 3,3 2,9 462 Какао с молоком 200 13,8 94 Хлеб ржаной 50 4 0,75 20,05 103 574,08 2,86 179,43 21,27 70,03 Бутерброд с маслом 40/10 10,57 Итого за Завтрак 12+ 550 13,94 19,17 95,71 594,75 Обед 12+ Сок фруктовый 200 0.5 0.1 10.1 43 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 6,36 5,83 29,08 194,23 227,11 150 Каша ячневая вязкая Фрикадельки в соусе 100 0,26 0,02 2,1 9,88 469 50 3,8 24,6 141 573 Хлеб пшеничный 0,4 Хлеб ржаной 50 4 0,75 18,05 103 574 Итого за Обед 12+ 21,62 900 16,77 104,84 689,02 1 450 35.56 35,94 200.55 1283.77 Итого за день

2	-Я	CR	ие	на

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	щевые веще	тва	Энерге-	N₂
прием пищи		рес 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
<u>Итого за Обе</u>	д 12+	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
Итого за Пол	дник 12+	350	8,2	7,2	61,7	368	
Итого за дені		1 250	29,82	23,97	166,54	1057,02	

Технолог /////

А.Я.Мансурова

Согласовано Директор МБОУ СКОШИ ЧГО Е М Вахрушева

Меню 07.11.2025

Утверждаю Директор ООО "Гурман" X.С. Муниров

Рацион: МБО	ру скоши чго2	Неделя:	Іеделя: 1 День: пятница					
			Пи	щевые веще	ства	VOM THE		
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	трак 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	ь	1 490	47,4	36,99	227,64	1443,58		

Прием пищи	Наименование блюда	Рос бысла	Пищевые вещества			Энерге-	Nº
присм пищи	Паименование опода	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

Согласовано Директор МБОУ СКОШИ ЧГО Е:М. Вахрушева

Меню 07.11.2025

KAROS **Утверждаю** Директор ООО "Турман" С Муниров

Рацион: МБО	У СКОШИ ЧГО1	Неделя:	1	День: пятница % У			
Vs.		Bas 6-10-10	Пи	щевые веще	ства	Энерге	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Завтрак 12+				-			
	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 ден	ь	1 610	53,22	39,46	240,82	1541,79	

Прием пищи	Наименование блюда	Pag 5-10-10	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	N₂
		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	
Итого за ден		1 310	41,53	20,65	174,42	1071,86	

Технолог / Ми

А.Я.Мансурова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816820

Владелец Вахрушева Елена Михайловна

Действителен С 23.06.2025 по 23.06.2026