Меню

17.11.2025

Утверждаю Туриан"

ХС Муниров

Рацион: МБС	У СКОШИ ЧГО2	Неделя:	1		День	понедельник	36/2/
		Pag Salara	Пи	щевые веще	Энерге- * № №		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры
Завтрак 7-11							
	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" вязкая молочная	200	7,09	8,45	29,62	224	6,2
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	464,03
	Бутерброд с маслом	40/10	2,86	10,57	21,27	179,43	70,03
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08
	Яблоко	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
Итого за Зав	грак 7-11	700	15,92	21,54	96,34	635,29	
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 тушёное	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	д 7-11	750	42,69	47,4	144,94	1188,33	
Итого за дені		1 450	58,61	68,94	241,28	1823,62	

2-я	смена
-----	-------

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	Nº
прием пищи	г паименование олюда	Бес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	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	д 7-11	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	- "

Технолог



Меню 17.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1		Меню 17.11.2025 Неделя: 1			день: понедельник			
The same			Пи	щевые веще	ства	Энерге тическая ценность	№ рецептуры	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы			
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 з <mark>а Зав</mark>	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	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 О <mark>бе</mark>	д 12+	890	49,27	57,43	153,69	1351		
Итого за ден	b	1 585	66,8	80,91	253,23	2023,43		

2 -	
	смена

Приом виши	Наиманалания была	Boo Salara	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	№ рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда -	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	
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

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Ж.Муниров

Меню 18.11.2025

Неделя: 1

День: вторник

. adrioni me	, chipman in se	. replant			W 24 - 0 0	182.18 963 /	
16.11	_m/31/3//	Вес блюда	Пи	щевые вещес	Энерге- 📏	Nº	
Прием пищи	Наименование блюда		Белки	Жиры	Углеводъ	тическая ценность	рецептурь
Завтрак 7-11							
-	Суп молочный с макароными	200	5,85	5,81	19,99	155	44
	изделиями						
	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	грак 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		1 290	51,06	95,41	186,26	1471,57	

2-я смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	Nº
прием пищи	паименование олюда	рес опода г	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
Ітого 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 18.11.2025

Утверждаю Виректор ООО "Еурман" Х.С.Муниров

Рацион: МБС	ОУ СКОШИ ЧГО1	Неделя:	1		День	вторник	5/5//
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Nº
присм пищи			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		1 490	58,22	100,92	186,31	1535,26	

Прием пищи	Наименование блюда	Bas 5-10-0	Пищевые вещества			Энерге-	N₂
прием пищи		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	
Полдник 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	



Итого за день

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х. С. Муниров

Меню 19.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2		Неделя:	1 День: среда					
1/2/1/2	Наименование блюда		Пи	щевые веще	Энерге-	Nº		
Прием пищи		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	
Завтрак 7-11	1112		-					
	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		

42,43

33,52

173,09

1190,91

2-я смена	<u> </u>	1 1	П.,			- Ouenee	NΩ
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	
05 7.44			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 день		1 140	31,39	23,32	158,55	1065,43	

Технолог

А.Я.Мансурова

1 250

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.С.Муниров

Меню 19.11.2025

0,4

19,46

39,23

24,6

26,73

115,88

188,5

141

137,33

791,88

1323,61

573

574,05

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1 Неделя: 1 День: среда 15 Пищевые вещества Энерге Прием пищи Наименование блюда Вес блюда тическая рецептуры Жиры Углеводы Белки 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 40 1 156 Яйцо варенное 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

3,8

5,33

32,17

47,31

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда —	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	№ рецептуры
прием пищи	Паименование олюда	Бес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	
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 <u>,3</u> 3	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

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Итого за Обед 12+

Итого за день

А.Я.Мансурова

50

40

860

1 410

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.С. Муниров

1215,47

195,14

Меню 20.11.2025

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	Вес блюда	Пи	щевые веще	тва	Энерге-	N₂
прием пищи	Паименование олюда	Бес 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

1 290

Меню 20.11.2025

Утверждаю Директор ООО "Гурман" Х.С.Муниров

43

51,03

227,11

469

573

574

Рацион: МБС	ОУ СКОШИ ЧГО1	Неделя:	1	_	День	четверг	
13.5			Пи	іщевые веще	ства	Энерке-	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	пеннасть тическая	рецептуры
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
		7 7		T	1		

2,1

4,6

6,36

0,26

3,8

4

21,62

35,56

6,3

3,37

5,83

0,02

0,4

0,75

16,77

35,94

8,2

12,71

29,08

2,1

24,6

18,05

104,84

200,55

98

99,91

194,23

9,88

141

103

689,02

1283,77

100

250

150

100

50

50

 Итого за Обед 12+
 900

 Итого за день
 1 450

Салат картофельный с огурцами

Суп гороховый со сметаной

Каша ячневая вязкая Фрикадельки в соусе

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

солеными

2-я смена							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº
присм пищи	Паименование олюда	п 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	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 Ли

Меню 21.11.2025

Утверждаю Директор ООО "Гурман" X.С. Муниров

Рацион: МБС	У СКОШИ ЧГО2	Неделя:	1	День: пятница			
_		D 6	Пищевые вещества			Энерге	N₂
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	270 38 103 179,43 62,86 653,29 109,2 96,21 213,66 8,89 84 141 137,33 790,29	рецептуры
Завтрак 7-11					<u> </u>		
	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	b	1 490	47,4	36,99	227,64	1443,58	

Прием пищи	Наименование блюда	Dog 6-10-10	Пи	щевые веще	тва	Энерге-	№ рецептуры
присм пищи	Паименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	
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	
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 дені		1 180	37.59	20,03	167,28	1022,29	

Технолог

K A S C 8 Утверждаю Директор ООО "Турман" Х.С. Муниров

1	The second	Me	эню 21.1	1.2025		A 2087 MEHTOB № 15	[5/*//
Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1		Неделя:				пятница 💖	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		щевые веще		Энерге	Nº
Завтрак 12+	102		Белки	Жиры_	Углеводы	тическая	рецептуры
out pair	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
Ит ого 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
1того 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	

2-я	C	М	е	н	а
-----	---	---	---	---	---

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

Технолог