

Утверждаю:
 Директор
 МБОУ "СОШ №2 с. Катар-Юрт"
 _____ М.Д. Идигова
 " 01 " сентября 2023 г.

Циклическое меню МБОУ "СОШ №2 с. Катар-Юрт"
 для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2023 - 2024 учебный год (завтраки)

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦккал
Понедельник	Мюсли с молоком №179	135	7.32	5.5	26.52	184.86
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22	176.25
	Сыр порциями	30	6.96	8.88	0	107.76
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94.5
	Булочка домашняя	60	4.2	6.7	27.8	188.3
	Итого	600	25.93	22.43	121.04	790.69
Вторник	Каша рисовая с изюмом №177	200	6.09	10.88	47.99	314.24
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94.5
Итого	610	17.08	21.93	133.31	741.46	
Среда	Омлет с морковью №214	65	5.52	10.21	2.01	122.01
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22	176.25
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94.5
	Булочка домашняя	60	4.2	6.7	27.8	188.3
Итого	510	17.25	26.46	96.66	694.72	
Четверг	Рис припущенный №305	200	4.85	5.73	48.89	266.53
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83
	Сыр порциями	30	6.96	8.88	0	107.76
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74	170.46
	Итого	630	30.72	30.46	115.82	802.83
Пятница	Каша гречневая №183	210	9.09	12.99	35.18	293.99
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22	176.25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0.16	16.4	0.26	149.28
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94.5
Итого	605	16.7	30.74	102.16	753.04	
Суббота	Омлет с отварным картофелем №276	100	6.9	8.6	7.1	133.4
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0.16	16.4	0.26	149.28
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94.5
Итого	520	17.97	27.85	92.55	635.26	
Понедельник	Греча отварная №4,3	150	9.59	6.09	38.64	243
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22	176.25
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0.16	16.4	0.26	149.28
	Соус красный основной №422	50	1	1.3	3.09	28.06
Итого	495	16.7	24.64	87.71	635.61	
Вторник	Суп молочный с макаронными изделиями №120	200	4.38	3.8	14.36	109.16
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22	176.25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0.16	16.4	0.26	149.28
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94.5
Булочка домашняя	60	4.2	6.7	27.8	188.3	
Итого	655	17.68	29.5	115.54	799.32	

среда	Мюсли с молоком №179	135	7.32	5.5	26.52	184.86
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0.16	16.4	0.26	149.28
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94.5
	Итого	555	16.9	23.5	105.57	643.91
четверг	Каша жидкая молочная из манной крупы (181)	210	6.03	3.47	42.23	224.27
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0.16	16.4	0.26	149.28
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94.5
	Итого	630	17.1	22.72	127.68	726.13
пятница	Картофельное пюре №377	150	4.05	6	8.7	105
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0.16	16.4	0.26	149.28
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74	170.46
	Булочка домашняя	60	4.2	6.7	27.8	188.3
	Итого	630	25.83	43.7	97.29	828.31
суббота	Рис отварной №304	100	2.43	3.58	24.46	139.78
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0.16	16.4	0.26	149.28
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74	170.46
	Итого	520	21.5	35.83	91.65	717.6

Утверждаю
 Директор
 МБОУ "СОШ №2 с. Катар-Юрт"
 _____ М.Д. Идигова
 " 01 " сентября 2023 г.

Циклическое меню МБОУ "СОШ №2 с. Катар-Юрт"
 для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2023 - 2024 учебный год (обеда)

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
Вторник	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 халяль"	100	9.5	13.5	2.74	170.46
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	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
Среда	Борщ №81	250	11.1	10.85	8.56	176.29
	Сметана	10	0.25	2	0.34	20.4
	Капуста тушеная №380	127	3	5.1	11.4	103.5
	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
Четверг	Суп с бобовыми (119)	250	7.15	48.15	15.61	524.39
	Картофельное пюре №377	150	4.05	6	8.7	105
	Сосиски "Особые халяль"	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
Пятница	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
Суббота	Суп гороховый №127	200	5.92	2.62	12.62	97.8
	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	730	37.75	23.04	106.14	725.78
Понедельник	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 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	670	23.35	31.15	112.32	823.97

Вторник	Рассольник домашний №95	200	2	4.06	7.34	73.9
	Пюре картофельное №377	150	4.05	6	8.7	105
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74	170.46
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	МАСЛО 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
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	
Четверг	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 халяль"	100	9.5	13.5	2.74	170.46
	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	31.22	32.76	104.6	780.94	
Пятница	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
Итого	720	26.72	27.37	106.85	723.18	
Суббота	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	