

Утверждаю:

Директор

МБОУ СОШ №2 им. М.Г. Гайрбекова с. Валерик"

Мусаева М.М.

"30" августа 2024г.

Циклическое меню МБОУ "СОШ №2 им. М.Г. Гайрбекова с. Валерик"

для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2024 - 2025 учебный год (обед)

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 №43	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	
	<b>Итого</b>		<b>715</b>	<b>28,16</b>	<b>26,05</b>	<b>121,32</b>	<b>833,29</b>
Вторник	Рассолыник домашний №95	200	2	4,06	7,34	73,9	
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	209,65	
	Сосиски "Особые халыль"	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	
	<b>Итого</b>		<b>780</b>	<b>30,02</b>	<b>32,91</b>	<b>104,56</b>	<b>777,04</b>
	Среда	Борщ №81	250	11,1	10,85	8,56	176,29
		Сметана	10	0,25	2	0,34	20,4
		Калюста тушенная №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	
<b>Итого</b>		<b>717</b>	<b>29,23</b>	<b>27,9</b>	<b>78,09</b>	<b>623,22</b>	

Четверг		Пятница		Понедельник		Вторник	
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 халыль"	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		
<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>30,94</b>	<b>71,7</b>	<b>84,84</b>	<b>1050,95</b>		
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		
<b>Итого</b>	<b>790</b>	<b>25,77</b>	<b>21,42</b>	<b>111,18</b>	<b>683,38</b>		
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		
<b>Итого</b>	<b>670</b>	<b>23,35</b>	<b>31,15</b>	<b>112,32</b>	<b>823,97</b>		
Рассолыник домашний №95	200	2	4,06	7,34	73,9		
Пюре картофельное №377	150	4,05	6	8,7	105		
Сосиски "Особые халыль"	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		
<b>Итого</b>	<b>770</b>	<b>23,63</b>	<b>41,06</b>	<b>76,85</b>	<b>713,99</b>		

среда		Четверг		Пятница	
Шри 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
<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>33,59</b>	<b>25,37</b>	<b>101,42</b>	<b>711,17</b>
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 халыль"	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
<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>31,22</b>	<b>32,76</b>	<b>104,6</b>	<b>780,94</b>
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
<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>26,72</b>	<b>27,37</b>	<b>106,85</b>	<b>723,18</b>