

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ № » г. Грозного
 _____ ФИО

«__» апреля 2022 г.

| МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ | | | | | | | |
|---|-----------------------------|-------------|---------|------------|--------------|--------------|--------------|
| (ОБЕД) | | | | | | | |
| С _____ по _____ | | | | | | | |
| День | Наименование | № рецептуры | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | ЭЦ,ккал |
| 1 день | Суп молочный с крупой (рис) | 121 | 200 | 2.97 | 3.57 | 6.14 | 68.57 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Помидоры свежие | 71 | 50 | 0.55 | 0.1 | 1.9 | 6 |
| | Какао с молоком | 382 | 200 | 4.08 | 3.54 | 17.58 | 118.5 |
| | Итого | | | 541 | 18.67 | 23.82 | 50.38 |
| 2 день | Запеканка из творога | 223 | 70 | 10.23 | 7.74 | 19.6 | 188.98 |
| | Какао с молоком | 382 | 200 | 4.08 | 3.54 | 17.58 | 118.5 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Итого | | | 331 | 18.42 | 19.04 | 61.94 |
| 3 день | Каша рисовая | 177 | 210 | 6.09 | 10.88 | 47.99 | 314.24 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Чай с лимоном | 377/375 | 200 | 0.13 | 0.02 | 15.2 | 61.5 |
| | Итого | | | 501 | 17.29 | 27.51 | 87.95 |
| 4 день | Пюре картофельное | 312 | 150 | 3.06 | 6.05 | 20.44 | 148.45 |
| | Какао с молоком | 382 | 200 | 4.08 | 3.54 | 17.58 | 118.5 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Сосиски отварные | 243 | 55 | 5.55 | 15.55 | 0.25 | 163.15 |
| | Огурцы свежие | 71 | 50 | 0.35 | 0.05 | 0.95 | 6 |
| | Итого | | | 466 | 16.8 | 32.9 | 63.03 |
| 5 день | Запеканка из творога | 223 | 70 | 10.23 | 7.74 | 19.6 | 188.98 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Какао с молоком | 382 | 200 | 4.08 | 3.54 | 17.58 | 118.5 |
| | Итого | | | 331 | 18.42 | 19.04 | 61.94 |

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------|---------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 6 день | Суп молочный с крупой (рис) | 121 | 200 | 2.97 | 3.57 | 6.14 | 68.57 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Помидоры свежие | 71 | 50 | 0.55 | 0.1 | 1.9 | 6 |
| | Какао с молоком | 382 | 200 | 4.08 | 3.54 | 17.58 | 118.5 |
| | Итого | | 541 | 18.67 | 23.82 | 50.38 | 485.88 |
| 7 день | Пюре картофельное | 312 | 150 | 3.06 | 6.05 | 20.44 | 148.45 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Какао с молоком | 382 | 200 | 4.08 | 3.54 | 17.58 | 118.5 |
| | Сосиски отварные | 243 | 55 | 5.55 | 15.55 | 0.25 | 163.15 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Огурцы свежие | 71 | 50 | 0.35 | 0.05 | 0.95 | 6 |
| | Итого | | 456 | 16.72 | 25.65 | 62.9 | 549.33 |
| 8 день | Запеканка из творога | 223 | 70 | 10.23 | 7.74 | 19.6 | 188.98 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Чай с лимоном | 377/375 | 200 | 0.13 | 0.02 | 15.2 | 61.5 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Итого | | 331 | 14.47 | 15.52 | 59.56 | 435.8 |
| 9 день | Каша овсяная "Геркулес" | 173 | 220 | 8.31 | 13.12 | 47.61 | 341.76 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Чай с лимоном | 377/375 | 200 | 0.13 | 0.02 | 15.2 | 61.5 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Помидоры свежие | 71 | 50 | 0.55 | 0.1 | 1.9 | 6 |
| | Итого | | 481 | 12.55 | 20.9 | 89.47 | 702.07 |
| 10 день | Суп молочный с крупой (рис) | 121 | 200 | 2.97 | 3.57 | 6.14 | 68.57 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Какао с молоком | 382 | 200 | 4.08 | 3.54 | 17.58 | 118.5 |
| | Огурцы свежие | 71 | 50 | 0.35 | 0.05 | 0.95 | 6 |
| | Итого | | 491 | 18.12 | 23.72 | 48.48 | 479.88 |

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №64 » г. Грозного
 Джамаев А.А. ФИО

« 11 » апреля 2022 г.

| МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ | | | | | | | |
|---|-----------------------------------|-------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| (ОБЕД) | | | | | | | |
| С 11.04.2022 по 22.04.2022 | | | | | | | |
| День | Наименование | № Рецептуры | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | ЭЦ,ккал |
| 1 день | Щи из свежей капусты с картофелем | 88 | 200 | 1.41 | 3.96 | 6.32 | 66.56 |
| | Винегрет овощной | 67 | 100 | 1.4 | 10.04 | 7.29 | 125.1 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 20 | 0.16 | 14.5 | 0.26 | 132.18 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Чай с лимоном | 377/375 | 200 | 0.13 | 0.02 | 15.2 | 61.5 |
| | Итого | | | 601 | 14.09 | 37.88 | 53.7 |
| 2 день | Рассольник домашний | 95 | 200 | 1.67 | 4.07 | 10.15 | 83.91 |
| | Макароны отварные с сыром | 204 | 125 | 8.46 | 9.95 | 21.32 | 208.67 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Сыр порциями | 15 | 10 | 2.32 | 2.95 | 0 | 35.83 |
| | Чай с лимоном | 377/375 | 200 | 0.13 | 0.02 | 15.2 | 61.5 |
| | Итого | | | 596 | 16.69 | 24.75 | 71.43 |
| 3 день | Борщ с капустой и картофелем | 82 | 200 | 1.44 | 3.94 | 8.75 | 76.22 |
| | Салат из моркови с сахаром | 62 | 100 | 1.23 | 0.09 | 11.48 | 51.65 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 20 | 0.16 | 14.5 | 0.26 | 132.18 |
| | Напиток из плодов шиповника | 388 | 200 | 0.68 | 0.28 | 20.76 | 88.28 |
| | Итого | | | 601 | 14.5 | 28.17 | 65.88 |
| 4 день | Щи из свежей капусты с картофелем | 88 | 200 | 1.41 | 3.96 | 6.32 | 66.56 |
| | Винегрет овощной | 67 | 100 | 1.4 | 10.04 | 7.29 | 125.1 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 20 | 0.16 | 14.5 | 0.26 | 132.18 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Чай с лимоном | 377/375 | 200 | 0.13 | 0.02 | 15.2 | 61.5 |
| | Итого | | | 601 | 14.09 | 37.88 | 53.7 |
| 5 день | Щи из свежей капусты | 87 | 200 | 1.4 | 3.91 | 4.72 | 59.67 |
| | Плов | 291 | 150 | 16.49 | 16.89 | 26.02 | 322.05 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Чай с лимоном | 377/375 | 200 | 0.13 | 0.02 | 15.2 | 61.5 |
| Итого | | | 631 | 29.01 | 30.18 | 70.57 | 669.94 |

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 6 день | Борщ с капустой и картофелем | 82 | 200 | 1.44 | 3.94 | 8.75 | 76.22 |
| | Салат из моркови с сахаром | 62 | 100 | 1.23 | 0.09 | 11.48 | 51.65 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 20 | 0.16 | 14.5 | 0.26 | 132.18 |
| | Напиток из плодов шиповника | 388 | 200 | 0.68 | 0.28 | 20.76 | 88.28 |
| | Итого | | 601 | 14.5 | 28.17 | 65.88 | 575.05 |
| 7 день | Борщ с капустой и картофелем | 82 | 200 | 1.44 | 3.94 | 8.75 | 76.22 |
| | Салат из свежих огурцов и помидоров | 24 | 100 | 0.96 | 6.08 | 3.65 | 73.16 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 20 | 0.16 | 14.5 | 0.26 | 132.18 |
| | Напиток из плодов шиповника | 388 | 200 | 0.68 | 0.28 | 20.76 | 88.28 |
| | Итого | | 601 | 14.23 | 34.16 | 58.05 | 596.56 |
| 8 день | Рассольник домашний | 95 | 200 | 1.67 | 4.07 | 10.15 | 83.91 |
| | Макароны отварные с сыром | 204 | 125 | 8.46 | 9.95 | 21.32 | 208.67 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.09 |
| | Яблоки | 338 | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 44.4 |
| | Чай с лимоном | 377/375 | 200 | 0.13 | 0.02 | 15.2 | 61.5 |
| | Итого | | 686 | 14.77 | 22.2 | 81.23 | 583.8 |
| 9 день | Щи из свежей капусты | 87 | 200 | 1.4 | 3.91 | 4.72 | 59.67 |
| | Плов | 291 | 150 | 16.49 | 16.89 | 26.02 | 322.05 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Чай с лимоном | 377/375 | 200 | 0.13 | 0.02 | 15.2 | 61.5 |
| | | Итого | | 631 | 29.01 | 30.18 | 70.57 |
| 10 день | Борщ с капустой и картофелем | 82 | 200 | 1.44 | 3.94 | 8.75 | 76.22 |
| | Салат из свежих огурцов и помидоров | 24 | 100 | 0.96 | 6.08 | 3.65 | 73.16 |
| | Сыр порциями | 15 | 30 | 6.96 | 8.85 | 0 | 107.49 |
| | Хлеб пшеничный | | 51 | 4.03 | 0.51 | 24.63 | 119.23 |
| | Масло сливочное порциями | 14 | 20 | 0.16 | 14.5 | 0.26 | 132.18 |
| | Напиток из плодов шиповника | 388 | 200 | 0.68 | 0.28 | 20.76 | 88.28 |
| | Итого | | 601 | 14.23 | 34.16 | 58.05 | 596.56 |