

Утверждаю:

Врио директора МБОУ «СОШ № 1 с. Ачхой-Мартан»

_____Бедригов М.Р.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	Гор. блюдо	1	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
	Гор. Напиток	Понедельник	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
			Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
			Итого	500	11,59	11,06	95,69	528,66

Ответственный за питание
зам. директора по ВР:

Тасаева М.А.

Утверждаю:

Врио директора МБОУ «СОШ № 1 с. Ачхой-Мартан»

_____Бедригов М.Р.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	Гор. блюдо	2	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Гор. Напиток	Вторник	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Хлеб		Картофельное пюре №377	100	2,7	4	5,8	70
			Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
			Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
			Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84

Ответственный за питание
зам. директора по ВР:

Тасаева М.А.

Утверждаю:

Врио директора МБОУ «СОШ № 1 с. Ачхой-Мартан»

_____Бедригов М.Р.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	Гор. блюдо	3	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
	Гор. Напиток	Среда	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб		Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
			Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
			Итого	500	22,91	32,55	53,38	598,11

Ответственный за питание
зам. директора по ВР:

Тасаева М.А.

Утверждаю:

Врио директора МБОУ «СОШ № 1 с. Ачхой-Мартан»

_____Бедригов М.Р.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	Гор. блюдо	4	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35
	Гор. Напиток	Четверг	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб		Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
			Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23
			Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
			Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59

Ответственный за питание
зам. директора по ВР:

Тасаева М.А.

Утверждаю:

Врио директора МБОУ «СОШ № 1 с. Ачхой-Мартан»

_____Бедригов М.Р.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	Гор. блюдо	5	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64
	Гор. Напиток	Пятница	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
			Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
			Итого	500	25,18	16,65	49,83	449,89

Ответственный за питание
зам. директора по ВР:

Тасаева М.А.

Утверждаю:

Врио директора МБОУ «СОШ № 1 с. Ачхой-Мартан»

_____Бедригов М.Р.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	Гор. блюдо	6	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8	59,7
	Гор. Напиток	Понедельник	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
			Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	15	0,12	12,3	0,19	111,94
			Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
			Итого	500	23,72	23,68	86,89	655,56

Ответственный за питание
зам. директора по ВР:

Тасаева М.А.

Утверждаю:

Врио директора МБОУ «СОШ № 1 с. Ачхой-Мартан»

_____Бедригов М.Р.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	Гор. блюдо	7	Сырники из творога запеченные №286	100	15,8	5,3	17,9	182,5
	Гор. Напиток	Вторник	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
			Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
			Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
			Итого	500	26,74	22,45	102,67	719,69

Ответственный за питание
зам. директора по ВР:

Тасаева М.А.

Утверждаю:

Врио директора МБОУ «СОШ № 1 с. Ачхой-Мартан»

_____Бедригов М.Р.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	Гор. блюдо	8	Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35
	Гор. Напиток	Среда	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб		Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
			Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
			Итого	500	29,89	20,85	73,07	599,49

Ответственный за питание
зам. директора по ВР:

Тасаева М.А.

Утверждаю:

Врио директора МБОУ «СОШ № 1 с. Ачхой-Мартан»

_____Бедригов М.Р.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	Гор. блюдо	9	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
	Гор. Напиток	Четверг	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Хлеб		Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
			Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
			Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
			Итого	500	17,55	17,66	95,8	612,34

Ответственный за питание
зам. директора по ВР:

Тасаева М.А.

Утверждаю:

Врио директора МБОУ «СОШ № 1 с. Ачхой-Мартан»

_____Бедригов М.Р.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	Гор. блюдо	10	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	70
	Гор. Напиток	Пятница	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
	Хлеб		Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0,16	16,4	0,26	74,64
			Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
			Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
			Итого	500	14,4	33,57	93,81	594,61

Ответственный за питание
зам. директора по ВР:

Тасаева М.А.