ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 47AA5E2F434C697F650626574AA87899
Владелец: Закриева Петимат Айндиевна
Действителен: с 15.11.2023 до 07.02.2025

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №3 с. п. Знаменское»
_____П.А. Закриева

Меню школьной столовой

День 1

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

Завтрак

1 неделя

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	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

Составитель: Х.У.Хашиева

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №3 с. п. Знаменское»
_____П.А. Закриева

Меню школьной столовой

День 2

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

Завтрак

1 неделя

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Вторник	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	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

Составитель: Х.У.Хашиева

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №3 с. п. Знаменское»
_____П.А. Закриева

Меню школьной столовой

День 3

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

Завтрак

1 неделя

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Среда	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	Масло сливочное (порциями)	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

Составитель: Х.У.Хашиева

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №3 с. п. Знаменское»
_____П.А. Закриева

Меню школьной столовой

День 4

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

Завтрак

1 неделя

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Четверг	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	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

Составитель: Х.У.Хашиева

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №3 с. п. Знаменское»
_____П.А. Закриева

Меню школьной столовой

День 5

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

Завтрак

1 неделя

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Пятница	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64
	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Масло сливочное (порциями)	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

Составитель: Х.У.Хашиева

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №3 с. п. Знаменское»
_____П.А. Закриева

Меню школьной столовой

День 6

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

Завтрак

2 неделя

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8	59,7
	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	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)	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

Составитель: Х.У.Хашиева

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №3 с. п. Знаменское»
_____П.А. Закриева

Меню школьной столовой

День 7

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

Завтрак

2 неделя

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Вторник	Сырники из творога запеченые	100	15,8	5,3	17,9	182,5
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Масло сливочное (порциями)	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

Составитель: Х.У.Хашиева

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №3 с. п. Знаменское»
_____П.А. Закриева

Меню школьной столовой

День 8

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

Завтрак

2 неделя

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Среда	Запеканка из творога	150	23,85	11,55	22,5	289,35
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	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

Составитель: Х.У.Хашиева

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №3 с. п. Знаменское»
_____П.А. Закриева

Меню школьной столовой

День 9

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

Завтрак

2 неделя

День	**Наименование**	**Выход,г**	**Белки,г**	**Жиры,г**	**Углеводы,г**	**ЭЦ,ккал**
Четверг	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	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

Составитель: Х.У.Хашиева

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №3 с. п. Знаменское»
_____П.А. Закриева

Меню школьной столовой

День 10

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

Завтрак

2 неделя

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Пятница	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	70
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
	Масло сливочное (порциями)	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

Составитель: Х.У.Хашиева