

Утверждаю
И.о.директора
МБОУ «Наурская СОШ №1»
М.А.Усманова
08.09.2025 г.

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4КЛАССОВ (ЗАВТРАКИ)						
Возрастная категория 7-11 лет						
1неделя						
День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельника	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
Вторник	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
	Чай с молокомилисливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлебпшеничный	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
Среда	Омлетссыром№275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
	Чайслимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлебпшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛОСЛИВОЧНОЕ(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
Четверг	Рисприпущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35
	Чайсмолокомилисливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлебпшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
	Сосиски"Особыхеаляль"	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
пятница	Рыбаприпущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64
	Картофельноепюре№377	150	4,04	6	8,7	104,96
	Хлебпшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	МАСЛОСЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)№14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Чайсмолокомилисливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Итого	500	25,18	16,65	49,83	449,89

2неделя						
День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	Рыбаприпущенная	75	13	0,5	0,8	59,7
	Рисотварной№304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	Хлебпшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Чайслимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	МАСЛОСЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)№14	15	0,12	12,3	0,19	111,94
	Булочкадомашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	500	23,72	23,68	86,89	655,56
Вторник	Сырникиизтворогазапеченные №286	100	15,8	5,3	17,9	182,5
	Чайсмолокомилисливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлебпшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	МАСЛОСЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)№14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко№338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Булочкадомашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	500	26,74	22,45	102,67	719,69
Среда	Запеканкаиизтворога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35
	Чайслимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлебпшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛОСЛИВОЧНОЕ(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
четверг	Гречаотварная№4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
	Хлебпшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Котлетакуриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Чайслимоном №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
пятница	Рисотварной№304	100	2,43	3,58	24,46	70
	Хлебпшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
	Чайслимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
	МАСЛОСЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)№14	20	0,16	16,4	0,26	74,64
	Котлетакуриная	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