

					Утверждаю:		
					Директор МБОУ «ООШ с. Катар-Юрт»		
					П.М.Татаева		
					« _____ » 2025		
1 неделя							
День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы, ЭЦ,ккал		
Понедельник	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,62	
	Гречка отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73	
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69	
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04	
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	
	Итого	700	28,56	26,09	122,79	840,21	
Вторник	Суп-пюре из картофеля №131	200	4,64	4,76	13,72	116,28	
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	209,65	
	Сосиски "Особые халлья"	90	8,55	12,15	2,47	153,43	
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04	
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	
	Итого	700	23,18	23,17	100,07	701,53	
Среда	Борщ №81	250	9,1	10,85	8,56	168,29	
	Сметана	10	0,25	2	0,34	20,36	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,46	5,79	30,46	195,79	
	Салат из моркови с сухофруктами №24	60	0,72	3,66	9,72	74,7	
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82	
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	
Четверг	Итого	700	19,5	22,89	81,77	611,09	
	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	97,74	
	Картофельное пюре №377	150	4,05	6	8,7	105	
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69	
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04	
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	
Пятница	Итого	700	24,9	25,76	93,79	706,6	
	Суп картофельный №112	200	2,6	2,7	8,6	69,1	
	Плов с курицей №291	150	13,56	8,38	28,58	243,98	
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	233,72	
	Салат из свеклы с яблоками №28	70	0,7	4,2	7,7	71,4	
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	
2 неделя							
Понедельник	Борщ со свежей капустой и томатом №119	200	5,01	3,8	12	190	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,46	5,79	30,46	195,79	
	Салат из квашеной капусты с луком №24	100	1,6	6	8,2	94	
	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,66	
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	
	Итого	700	17,63	16,38	93,02	678,58	
Вторник	Суп картофельный с бобовыми №102	200	6,39	3,22	13,23	108,46	
	Пюре картофельное №377	150	4,05	6	8,7	105	
	Сосиски "Особые халлья"	90	8,55	12,15	2,47	153,43	
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04	
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	
	Итого	700	25,34	22,26	71,59	589,06	
среда	Суп рисовый с мясом	250	10,1	6,7	18,88	176,22	
	Картофель и овощи тушеные в соусе №304	150	3,26	12,59	22,66	216,99	
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29,98	144,28	
	Салат картофельный с солеными огурцами	60	1,05	3,71	5,55	59,79	
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	
	Итого	700	19,18	23,69	85,62	632,41	
четверг	Суп с фасолью №119	200	5,72	19,4	17,49	170,44	
	Плов с курицей №291	150	13,56	8,38	28,58	243,98	
	Салат из моркови с сухофруктами №24	70	0,84	4,27	11,34	87,15	
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04	
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02	
	Итого	700	26,47	32,95	105,55	727,63	
Пятница	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	97,74	
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69	
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	209,65	
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04	
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	
	Итого	700	24,49	25,13	121,78	811,25	

