

Утверждаю:

Директор МБОУ «ООШ с. Катар-Юрт»

П.М.Татаева

« » 2025

Меню завтраки 19.12.2025

пятница	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углевод ы,г	ЭЦ,ккал
	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) №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

Меню обеда 19.12.2025

пятница	Наименование	Выход,г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	ЭЦ,ккал
	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
	Итого	700	24,78	16,37	101,72	653,33