

Меню горячего питания (завтраки) в МБОУ "СОШ №3 с. Алхан-Юрт на 2024-2025 учебный год

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	отлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	леб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	арто ел ное пюре №377	100	2,7	4	5,8	70
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	блоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84
Вторник	аша рисовая с изю о №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
	ай с олоко или сливка и №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	леб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	блоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	11,59	11,06	95,69	528,66
Среда	О лет с сыро №275	80	9,3	12,4	1,5	155
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	леб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАС О С О НОЕ (О М) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	блоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	430	15,34	21,7	52,07	465,14
Четверг	ис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35
	ай с олоко или сливка и №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	леб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
	Сосиски "Особые халял "	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	блоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59
пятница	ыба припущенная №296	75	13	0,5	0,8	59,7
	арто ел ное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
	леб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	МАС О С О НОЕ (О М) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	ай с олоко или сливка и №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Итого	485	22,58	16,55	49,67	437,95
Понедельник	ыба припущенная №296	75	13	0,5	0,8	59,7
	ис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	леб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	МАС О С О НОЕ (О М) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Булочка до ашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	495	23,68	19,58	86,83	618,26
Вторник	Су олочный с акаронны и изделия и №120	200	15,8	5,3	17,9	182,5
	ай с олоко или сливка и №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	леб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	МАС О С О НОЕ (О М) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	блоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Булочка до ашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	600	26,74	22,45	102,67	719,69

Среда	Мюсли с олоко №179	135	15,9	7,7	15	194
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	леб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАС О С О НОЕ (О М) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	блоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	485	21,94	17	65,57	504,14
четверг	реча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
	леб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	отлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	блоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	17,55	17,66	95,8	612,34
пятница	ис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	70
	леб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
	ай с ли оно №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
	МАС О С О НОЕ (О М) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	отлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	блоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	490	14,32	25,37	93,68	594,61

Меню горячего питания (обед) в МБОУ "СОШ №3 с. Алхан-Юрт
на 2024-2025 учебный год

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	Суп карто ел ный с бобовы и №113	200	5,04	2,86	11,68	92,6
	реча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73
	отлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69
	леб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	715	28,16	26,05	121,32	833,29
Вторник	ассол ник до ашний №95	200	2	4,06	7,34	73,9
	ис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	209,65
	Сосиски "Особые халял "	100	9,5	13,5	2,74	170,46
	леб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	Сыр пор ия и	30	6,96	8,88	0	107,76
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	780	30,02	32,91	104,56	777,04
Среда	Борщ №81	250	11,1	10,85	8,56	176,29
	С етана	10	0,25	2	0,34	20,4
	апуста тушенная №380	127	3	5,1	11,4	103,5
	Сыр пор ия и	30	6,96	8,85	0	107,76
	леб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	717	29,23	27,9	78,09	623,22
Четверг	Суп с бобовы и (119)	250	7,15	48,15	15,61	524,39
	арто ел ное пюре №377	150	4,05	6	8,7	105
	Сосиски "Особые халял "	100	9,5	13,5	2,74	170,46
	леб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	Сыр пор ия и	10	2,32	2,95	0	35,83
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	810	30,94	71,7	84,84	1050,95
Пятница	Суп карто ел ный №112	250	3,25	3,37	10,75	86,33
	Макаронные изделия отварные с асло №203	210	7,64	8,1	42,64	274,02
	леб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	Сыр пор ия и	30	6,96	8,85	0	107,76
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	790	25,77	21,42	111,18	683,38
Суббота	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	97,8
	лов с кури ей №291	200	16,95	10,47	35,73	304,95
	леб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	Сыр пор ия и	30	6,96	8,85	0	107,76
	ай с ли оно №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02

	Итого	730	37,75	23,04	106,14	725,78
Понедельник	Борщ со свежей капустой и томатом	200	5	10	20	190
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	105	3,82	4,05	21,32	137,01
	отлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69
	леб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	айс-лимонное №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	670	23,35	31,15	112,32	823,97
Вторник	ассорти доашний №95	200	2	4,06	7,34	73,9
	юре картофельное №377	150	4,05	6	8,7	105
	Сосиски "Особые халял"	100	9,5	13,5	2,74	170,46
	леб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	МАСЛО СОЛЕННОЕ (ОМ)	20	0,16	16,4	0,28	149,36
	айс-лимонное №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	770	23,63	41,06	76,85	713,99
среда	и из свежей капусты с картофелем №88	250	1,76	4,95	7,9	83,19
	лов с курицей №291	200	16,95	10,47	35,73	304,95
	леб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	Сыр порияи	30	6,96	8,85	0	107,76
	айс-лимонное №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	780	33,59	25,37	101,42	711,17
Четверг	Суп из овощей с асалю №117	200	3,2	3,94	7,38	77,8
	ис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	209,65
	Сосиски "Особые халял"	100	9,5	13,5	2,74	170,46
	леб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	Сыр порияи	30	6,96	8,85	0	107,76
	айс-лимонное №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	780	31,22	32,76	104,6	780,94
Пятница	Борщ №81	200	8,88	8,68	6,85	141,04
	Сметана	10	0,25	2	0,34	20,4
	реча отварная №4,3	150	8,59	6,09	38,64	243,73
	Соус красный основной №422	50	1	1,3	3,09	28,06
	леб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	МАСЛО СОЛЕННОЕ (ОМ) №14	10	0,08	8,2	0,14	74,68
	айс-лимонное №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	720	26,72	27,37	106,85	723,18
Суббота	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,6
	реча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73
	отлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69
	леб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	айс-лимонное №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	715	28,16	26,05	121,32	833,29