



Утверждаю

И.О. Директора

А. Х. Хизриев

21.03.2022 год

**Меню-завтрак МБОУ «Ново-Бенойская СШ им. А. А. Кадырова» на 2022 год**

День	Наименование	№ рецептуры	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	Стоимость
								1 порция
1 день	Суп молочный с крупой (рис)	121	200	2,97	3,57	6,14	68,57	11,2652
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
	Помидоры свежие	71	50	0,55	0,1	1,9	6	3,481
	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
	<b>Итого</b>			<b>541</b>	<b>18,67</b>	<b>23,82</b>	<b>50,38</b>	<b>485,88</b>
2 день	Запеканка из творога	223	70	10,23	7,74	19,6	188,98	41,339
	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	<b>Итого</b>			<b>331</b>	<b>18,42</b>	<b>19,04</b>	<b>61,94</b>	<b>492,8</b>
3 день	Каша рисовая	177	210	6,09	10,88	47,99	314,24	22,0026
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	<b>Итого</b>			<b>501</b>	<b>17,29</b>	<b>27,51</b>	<b>87,95</b>	<b>668,55</b>
4 день	Пюре картофельное	312	150	3,06	6,05	20,44	148,45	15,543
	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6

	Сосиски отварные	243	55	5,55	15,55	0,25	163,15	20,85
	Огурцы свежие	71	50	0,35	0,05	0,95	6	3,95026
	<b>Итого</b>		<b>466</b>	<b>16,8</b>	<b>32,9</b>	<b>63,03</b>	<b>615,42</b>	<b>57,246</b>
5 день	Запеканка из творога	223	70	10,23	7,74	19,6	188,98	41,339
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
	<b>Итого</b>		<b>331</b>	<b>18,42</b>	<b>19,04</b>	<b>61,94</b>	<b>492,8</b>	<b>62,192</b>
6 день	Суп молочный с крупой (рис)	121	200	2,97	3,57	6,14	68,57	11,2652
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
	Помидоры свежие	71	50	0,55	0,1	1,9	6	3,481
	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
	<b>Итого</b>		<b>541</b>	<b>18,67</b>	<b>23,82</b>	<b>50,38</b>	<b>485,88</b>	<b>56,4492</b>
7 день	Пюре картофельное	312	150	3,06	6,05	20,44	148,45	15,543
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
	Сосиски отварные	243	55	5,55	15,55	0,25	163,15	20,85
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
	Огурцы свежие	71	50	0,35	0,05	0,95	6	3,95026
	<b>Итого</b>		<b>456</b>	<b>16,72</b>	<b>25,65</b>	<b>62,9</b>	<b>549,33</b>	<b>51,246</b>
8 день	Запеканка из творога	223	70	10,23	7,74	19,6	188,98	41,339
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	<b>Итого</b>		<b>331</b>	<b>14,47</b>	<b>15,52</b>	<b>59,56</b>	<b>435,8</b>	<b>54,247</b>
9 день	Каша овсяная "Геркулес"	173	220	8,31	13,12	47,61	341,76	18,5204
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Помидоры свежие	71	50	0,55	0,1	1,9	6	3,481
	<b>Итого</b>		<b>481</b>	<b>12,55</b>	<b>20,9</b>	<b>89,47</b>	<b>702,07</b>	<b>55,7594</b>



## Меню-обед МБОУ «Ново-Бенойская СШ им. А. А. Кадырова» на 2022 год

День	Наименование	№ Рецептуры	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	Стоимость
								1 порция
1 день	Щи из свежей капусты с картофелем	88	200	1,41	3,96	6,32	66,56	11,322
	Винегрет овощной	67	100	1,4	10,04	7,29	125,1	12,7352
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	12
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	<b>Итого</b>			<b>601</b>	<b>14,09</b>	<b>37,88</b>	<b>53,7</b>	<b>612,06</b>
2 день	Рассольник домашний	95	200	1,67	4,07	10,15	83,91	12,962
	Макароны отварные с сыром	204	125	8,46	9,95	21,32	208,67	28,19
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
	Сыр порциями	15	10	2,32	2,95	0	35,83	20,85
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	<b>Итого</b>			<b>596</b>	<b>16,69</b>	<b>24,75</b>	<b>71,43</b>	<b>575,23</b>
3 день	Борщ с капустой и картофелем	82	200	1,44	3,94	8,75	76,22	11,686
	Салат из моркови с сахаром	62	100	1,23	0,09	11,48	51,65	14,825
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	12
	Напиток из плодов шиповника	388	200	0,68	0,28	20,76	88,28	5,94
	<b>Итого</b>			<b>601</b>	<b>14,5</b>	<b>28,17</b>	<b>65,88</b>	<b>575,05</b>
4 день	Щи из свежей капусты с картофелем	88	200	1,41	3,96	6,32	66,56	11,322
	Винегрет овощной	67	100	1,4	10,04	7,29	125,1	12,7352
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193

	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	12
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	<b>Итого</b>		<b>601</b>	<b>14,09</b>	<b>37,88</b>	<b>53,7</b>	<b>612,06</b>	<b>63,8152</b>
5 день	Щи из свежей капусты	87	200	1,4	3,91	4,72	59,67	11,126
	Плов	291	150	16,49	16,89	26,02	322,05	77,2664
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	<b>Итого</b>		<b>631</b>	<b>29,01</b>	<b>30,18</b>	<b>70,57</b>	<b>669,94</b>	<b>116,1504</b>
6 день	Борщ с капустой и картофелем	82	200	1,44	3,94	8,75	76,22	11,686
	Салат из моркови с сахаром	62	100	1,23	0,09	11,48	51,65	14,825
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	12
	Напиток из плодов шиповника	388	200	0,68	0,28	20,76	88,28	5,94
	<b>Итого</b>		<b>601</b>	<b>14,5</b>	<b>28,17</b>	<b>65,88</b>	<b>575,05</b>	<b>67,494</b>
7 день	Борщ с капустой и картофелем	82	200	1,44	3,94	8,75	76,22	11,686
	Салат из свежих огурцов и помидоров	24	100	0,96	6,08	3,65	73,16	9,18138
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	12
	Напиток из плодов шиповника	388	200	0,68	0,28	20,76	88,28	5,94
	<b>Итого</b>		<b>601</b>	<b>14,23</b>	<b>34,16</b>	<b>58,05</b>	<b>596,56</b>	<b>61,85038</b>
8 день	Рассольник домашний	95	200	1,67	4,07	10,15	83,91	12,962
	Макароны отварные с сыром	204	125	8,46	9,95	21,32	208,67	28,19
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12,2
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715

	<b>Итого</b>		<b>686</b>	<b>14,77</b>	<b>22,2</b>	<b>81,23</b>	<b>583,8</b>	<b>66,26</b>
<b>9 день</b>	Щи из свежей капусты	87	200	1,4	3,91	4,72	59,67	<b>11,126</b>
	Плов	291	150	16,49	16,89	26,02	322,05	77,2664
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	<b>Итого</b>		<b>631</b>	<b>29,01</b>	<b>30,18</b>	<b>70,57</b>	<b>669,94</b>	<b>116,1504</b>
<b>10 день</b>	Борщ с капустой и картофелем	82	200	1,44	3,94	8,75	76,22	11,686
	Салат из свежих огурцов и помидоров	24	100	0,96	6,08	3,65	73,16	<b>9,18138</b>
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	12
	Напиток из плодов шиповника	388	200	0,68	0,28	20,76	88,28	5,94
	<b>Итого</b>		<b>601</b>	<b>14,23</b>	<b>34,16</b>	<b>58,05</b>	<b>596,56</b>	<b>61,85038</b>
<b>11 день</b>	Борщ с капустой и картофелем	82	200	1,44	3,94	8,75	76,22	11,686
	Салат из свежих огурцов и помидоров	24	100	0,96	6,08	3,65	73,16	<b>9,18138</b>
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	12
	Напиток из плодов шиповника	388	200	0,68	0,28	20,76	88,28	5,94
	<b>Итого</b>		<b>601</b>	<b>14,23</b>	<b>34,16</b>	<b>58,05</b>	<b>596,56</b>	<b>61,85038</b>
<b>12 день</b>	Щи из свежей капусты	87	200	1,4	3,91	4,72	59,67	<b>11,126</b>
	Плов	291	150	16,49	16,89	26,02	322,05	<b>77,2664</b>
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	<b>Итого</b>							<b>116,1504</b>
	<b>Итого</b>		<b>631</b>	<b>29,01</b>	<b>30,18</b>	<b>70,57</b>	<b>669,94</b>	<b>937,79074</b>