

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
	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
<u>م</u>	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
день	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
	Итого		541	18,67	23,82	50,38	485,88	56,4492
	Запеканка из творога	223	70	10,23	7,74	19,6	188,98	41,339
ے	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
день	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
2	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
	Итого		331	18,42	19,04	61,94	492,8	62,192
	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
3 день	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
3 A	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
	Итого		501	17,29	27,51	87,95	668,55	55,7606
	Пюре картофельное	312	150	3,06	6,05	20,44	148,45	15,543
день	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
4 页	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
	Итого		466	16,8	32,9	63,03	615,42	57,246
	Запеканка из творога	223	70	10,23	7,74	19,6	188,98	41,339
<u>م</u>	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
5 день	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
w	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
	Итого		331	18,42	19,04	61,94	492,8	62,192
	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
ے	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
6 день	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
9	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
	Итого		541	18,67	23,82	50,38	485,88	56,4492
	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
ے	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
день	Сосиски отварные	243	55	5,55	15,55	0,25	163,15	20,85
7	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
	Итого		456	16,72	25,65	62,9	549,33	51,246
	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
8 день	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
8 ∄	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
	Итого		331	14,47	15,52	59,56	435,8	54,247
	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
4	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
день	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
6	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
	Итого		481	12,55	20,9	89,47	702,07	55,7594

	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
10 день	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
10	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
	Огурцы свежие	71	50	0,35	0,05	0,95	6	3,95026
	Итого		491	18,12	23,72	48,48	479,88	52,9682
	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
день	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
11	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
	Итого		466	16,8	32,9	63,03	615,42	57,246
	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
Д	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	12,66
день	Сосиски отварные	243	55	5,55	15,55	0,25	163,15	20,85
12	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
	Итого		466	16,8	32,9	63,03	615,42	57,246
	Общий итог							679,0016

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

	Наименование	AC D	Выход,г	г	Жиры,г	Углеводы,г	OH	Стоимость
День	нанисиование	№ Рецептуры	Вых од,і	Белки,г			ЭЦ,ккал	1 порция
	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
день	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	12
1	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
	Итого		601	14,09	37,88	53,7	612,06	63,8152
	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
2	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
день	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	6
2	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
	Итого		596	16,69	24,75	71,43	575,23	74,91
	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
день	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
3	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
	Итого		601	14,5	28,17	65,88	575,05	67,494
	Щи из свежей капусты с картофелем	88	200	1,41	3,96	6,32	66,56	11,322
4 день	Винегрет овощной	67	100	1,4	10,04	7,29	125,1	12,7352
4	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
	Итого		601	14,09	37,88	53,7	612,06	63,8152
	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
ЭНЬ	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
5 день	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
	Итого		631	29,01	30,18	70,57	669,94	116,1504
	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
6 день	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
9	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
	Итого		601	14,5	28,17	65,88	575,05	67,494
	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
7 день	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
7	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
	Итого		601	14,23	34,16	58,05	596,56	61,85038
	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
8 день	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
8 де	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

	Итого		686	14,77	22,2	81,23	583,8	66,26
	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
H.	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2.193
9 день	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
	Итого		631	29,01	30,18	70,57	669,94	116,1504
	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
<u>م</u>	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
10 день	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
	Итого		601	14,23	34,16	58,05	596,56	61,85038
	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
<u>4</u>	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
11 день	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
1	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
	Итого		601	14,23	34,16	58,05	596,56	61,85038
	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
9	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,193
12 день	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	20,85
7	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	Итого							116,1504
	Итого		631	29,01	30,18	70,57	669,94	937,79074