

# Меню

Утверждено:

Директор,  
МБОУ "СОШ № 1 "Иван Дзюган"

Б.Х. Узденов

09

2024г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Четвертый день (4)</b>								
Завтрак	Каша жидкая молочная из крупы овсяной с маслом и сахаром	220	7,82	12,83	44,25	325	182	18,10
	Бутерброды с сыром российским и маслом	60	6,96	9,96	17,80	188	3	21,82
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	13,95	56	376	1,58
	Вода питьевая 19 л	500	0,00	0,00	0,00	0	ПРОМ	3,53
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338	10,00
<b>итого завтрак</b>		<b>1080</b>	<b>15,25</b>	<b>23,21</b>	<b>85,80</b>	<b>616</b>		<b>55,03</b>
Обед	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	1,81	3,81	14,23	99	39	9,49
	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200	1,44	3,94	8,75	83	82	9,14
	Гёфтели из говядины 2-й вариант с рисом со сметанным соусом и томатом	120	8,14	9,04	10,30	155	279	40,60
	Каша рассыпчатая гречневая (гарнир)	150	8,60	6,09	38,64	244	302	9,19
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133	349	4,16
	Хлеб пшеничный нарезной	30	3,21	1,35	13,05	82	ПРОМ	1,98
Хлеб пшеничный ржаной нарезной	40	3,00	0,80	20,80	100	ПРОМ	2,64	
<b>итого обед</b>		<b>800</b>	<b>26,86</b>	<b>25,12</b>	<b>137,78</b>	<b>896</b>	<b>1051</b>	<b>77,20</b>
Полдник	Печенье сахарное "Юбилейное"	30	2,25	2,94	22,32	125	ПРОМ	1,60
	Кефир 2,5% жирности	100	2,90	2,30	4,00	53	ПРОМ	0,80
	Конфеты "Горькая" 1 шт. 17,5 гр	35	1,54	6,37	23,80	159	ПРОМ	14,70
<b>итого полдник</b>		<b>165</b>	<b>6,69</b>	<b>11,81</b>	<b>50,12</b>	<b>337</b>		<b>29,10</b>
<b>итого за четвертый день</b>		<b>2 045</b>	<b>48,80</b>	<b>60,14</b>	<b>273,70</b>	<b>1849</b>		<b>161,33</b>

Повар

Школьный медработник

*С.Х. Узденова*  
*Л.А. Катчинова*

Узденова С.Х.

Катчинова Л.А.К.