

Утвержден приказом по
МОУ СОШ им.Малкарова
Х.Ш.с.п.Жанхотеко
№ 65 от 31.08.2023г.



МЕНЮ
5-11 классы (горячий завтрак)

| № | Наименования блюда | Энергет. ценность | Выход г/шт |
|------------------------|---------------------------------------|-------------------|------------|
| Неделя 1 День 1 | | | |
| 1 | Суп молочный макаронный | 140 | 250 |
| 2 | Чай с сахаром | 28 | 200 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 214,4 | 100 |
| | Итого | 382,4 | 550 |
| Неделя 1 День 2 | | | |
| 1 | Борщ со сметаной | 102,5 | 250 |
| 2 | Чай с сахаром | 28 | 200 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 214,4 | 100 |
| | Итого | 344,9 | 550 |
| Неделя 1 День 3 | | | |
| 1 | Каша рисовая на молоке со слив.маслом | 134,75 | 250 |
| 2 | Чай с сахаром | 28 | 200 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 214,4 | 100 |
| | Итого | 377,15 | 550 |
| Неделя 1 День 4 | | | |
| 1 | Рыба припущенная (или запеченная) | 90 | 100 |
| 2 | Макароны отварные | 137,25 | 150 |
| 3 | Салат свекольный | 56,34 | 60 |
| 4 | Чай с сахаром | 28 | 200 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 214,4 | 100 |
| | Итого | 525,99 | 510 |
| Неделя 1 День 5 | | | |
| 1 | Картофель, запеченный брусками | 215,37 | 250 |
| 2 | Салат из белокачаной капусты | 106,76 | 60 |
| 3 | Чай с сахаром | 28 | 200 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 214,4 | 100 |
| | Итого | 510,21 | 610 |
| Неделя 2 День 6 | | | |
| 1 | Макароны отварные с маслом | 137,25 | 150 |
| 2 | Салат свекольный | 56,34 | 60 |
| 3 | Чай с сахаром | 28 | 200 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 214,4 | 100 |

| | | | |
|---|--|---------------|------------|
| | Итого | 435,99 | 510 |
| | Неделя 2 День 7 | | |
| 1 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 148,5 | 275 |
| 2 | Чай с сахаром | 28 | 200 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 214,4 | 100 |
| | Итого | 390,9 | 575 |
| | Неделя 2 День 8 | | |
| 1 | Яйцо отварное с гречкой | 215,37 | 250 |
| 2 | Салат из белокачаной капусты | 106,76 | 60 |
| 3 | Чай с сахаром | 28 | 200 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 214,4 | 100 |
| | Итого | 510,21 | 610 |
| | Неделя 2 День 9 | | |
| 1 | Суп картофельный с бобовыми | 147,55 | 250 |
| 2 | Чай с сахаром | 28 | 200 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 214,4 | 100 |
| | Итого | 389,95 | 550 |
| | Неделя 2 День 10 | | |
| 1 | Плов из птицы | 489,37 | 260 |
| 2 | Чай с сахаром | 28 | 200 |
| 3 | Салат свекольный | 56,34 | 60 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 214,4 | 100 |
| | Итого | 788,11 | 620 |