

Утверждаю:  
 Директор  
 МБОУ "СОШ №4 им.С.Хачукаева с.Ачхой-Мартан"  
 \_\_\_\_\_ А.Б. Сардалова  
 "30" августа 2024г.

Циклическое меню МБОУ " СОШ №4 им.С.Хачукаева с.Ачхой-Мартан"  
 для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2024 - 2025 учебный год

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	Каша рисовая с изюмом №177	170	4.93	8.81	38.85	254.41
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>11.59</b>	<b>11.06</b>	<b>95.69</b>	<b>528.66</b>
Вторник	Котлета куриная	70	6.65	12.6	19.6	218.4
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82
	Картофельное пюре №377	100	2.7	4	5.8	70
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>14.52</b>	<b>17.6</b>	<b>75.84</b>	<b>519.84</b>	
Среда	Омлет с сыром №275	80	9.3	12.4	1.5	155
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64
	Хлеб пшеничный	60	4.73	0.6	24.14	120.88
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6
<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>15.34</b>	<b>21.7</b>	<b>52.07</b>	<b>465.14</b>	
Четверг	Рис припущенный №305	100	2.43	2.87	24.45	133.35
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6
	Хлеб пшеничный	70	5.52	0.7	33.8	163.58
	Сосиски "Особые халяль"	50	4.75	6.75	1.37	85.23
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>15.42</b>	<b>12.07</b>	<b>92.32</b>	<b>539.59</b>	
Пятница	Рыба припущенная №296	75	13	0.5	0.8	59.7
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83
	Картофельное пюре №377	150	4.04	6	8.7	104.96
<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>22.58</b>	<b>16.55</b>	<b>49.67</b>	<b>437.95</b>	
Понедельник	Суп молочный с макаронными изделиями №120	200	15.8	5.3	17.9	182.5
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81.83
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6
	Булочка домашняя	60	4.2	6.7	27.8	188.3
<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>26.74</b>	<b>22.45</b>	<b>102.67</b>	<b>719.69</b>	
Вторник	Рыба припущенная №296	75	13	0.5	0.8	59.7
	Рис отварной №304	100	2.43	3.58	24.46	139.78
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64
	Булочка домашняя	60	4.2	6.7	27.8	188.3
<b>Итого</b>	<b>495</b>	<b>23.68</b>	<b>19.58</b>	<b>86.83</b>	<b>618.26</b>	
среда	Мюсли с молоком №179	135	15.9	7.7	15.194	184.86
	Хлеб пшеничный	60	4.73	0.6	24.14	120.88
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6
<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>21.94</b>	<b>17</b>	<b>65.764</b>	<b>495</b>	
	Греча отварная №4,3	100	5.73	4.06	25.76	162.5

четверг	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	116.82
	Конлета куриная	70	6.65	12.6	19.6	218.4
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>17.55</b>	<b>17.66</b>	<b>95.8</b>	<b>612.34</b>
пятница	Рис отварной №304	100	2.43	3.58	24.46	70
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14	120.88
	Чай с лимоном №459	180	0.02	0.09	8.55	35.09
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74.64
	Конлета куриная	70	6.65	12.6	19.6	218.4
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8	75.6
<b>Итого</b>	<b>490</b>	<b>14.32</b>	<b>25.37</b>	<b>93.68</b>	<b>594.61</b>	

Утверждаю  
 Директор  
 МБОУ " СОШ №4 им.С.Хачукаева с.Ачхой-Мартан"  
 \_\_\_\_\_ А.Б. Сардалова  
 "30" августа 2024г.

Циклическое меню МБОУ "СОШ № 4 им.С.Хачукаева с.Ачхой-Мартан"  
 для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2024-2025 учебный год

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5.04	2.86	11.68	92.6
	Греча отварная №4.3	150	8.59	6.09	38.64	243.73
	Котлета куриная	90	8.58	16.25	25.28	281.69
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22	176.25
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	<b>Итого</b>	<b>715</b>	<b>28.16</b>	<b>26.05</b>	<b>121.32</b>	<b>833.29</b>
Вторник	Рассольник домашний №95	200	2	4.06	7.34	73.9
	Рис отварной №304	150	3.64	5.37	36.69	209.65
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74	170.46
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	Сыр порциями	30	6.96	8.88	0	107.76
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>30.02</b>	<b>32.91</b>	<b>104.56</b>	<b>777.04</b>
Среда	Борщ №81	250	11.1	10.85	8.56	176.29
	Сметана	10	0.25	2	0.34	20.4
	Капуста тушеная №380	127	3	5.1	11.4	103.5
	Сыр порциями	30	6.96	8.85	0	107.76
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	<b>Итого</b>	<b>717</b>	<b>29.23</b>	<b>27.9</b>	<b>78.09</b>	<b>623.22</b>
Четверг	Суп с бобовыми (119)	250	7.15	48.15	15.61	524.39
	Картофельное пюре №377	150	4.05	6	8.7	105
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74	170.46
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	Сыр порциями	10	2.32	2.95	0	35.83
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>30.94</b>	<b>71.7</b>	<b>84.84</b>	<b>1050.95</b>
Пятница	Суп картофельный №112	250	3.25	3.37	10.75	86.33
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	210	7.64	8.1	42.64	274.02
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	Сыр порциями	30	6.96	8.85	0	107.76
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
<b>Итого</b>	<b>790</b>	<b>25.77</b>	<b>21.42</b>	<b>111.18</b>	<b>683.38</b>	
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
	Котлета куриная	90	8.58	16.25	25.28	281.69
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22	176.25
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	<b>Итого</b>	<b>670</b>	<b>23.35</b>	<b>31.15</b>	<b>112.32</b>	<b>823.97</b>
	Рассольник домашний №95	200	2	4.06	7.34	73.9
	Пюре картофельное №377	150	4.05	6	8.7	105

Вторник	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74	170.46
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	0.16	16.4	0.28	149.36
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
	<b>Итого</b>	<b>770</b>	<b>23.63</b>	<b>41.06</b>	<b>76.85</b>	<b>713.99</b>
среда	Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	1.76	4.95	7.9	83.19
	Плов с курицей №291	200	16.95	10.47	35.73	304.95
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	Сыр порциями	30	6.96	8.85	0	107.76
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>33.59</b>	<b>25.37</b>	<b>101.42</b>	<b>711.17</b>	
Четверг	Суп из овощей с фасолью №117	200	3.2	3.94	7.38	77.8
	Рис отварной №304	150	3.64	5.37	36.69	209.65
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74	170.46
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	Сыр порциями	30	6.96	8.85	0	107.76
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>31.22</b>	<b>32.76</b>	<b>104.6</b>	<b>780.94</b>	
Пятница	Борщ №81	200	8.88	8.68	6.85	141.04
	Сметана	10	0.25	2	0.34	20.4
	Греча отварная №4,3	150	8.59	6.09	38.64	243.73
	Соус красный основной №422	50	1	1.3	3.09	28.06
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176.25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.14	74.68
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39.02
<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>26.72</b>	<b>27.37</b>	<b>106.85</b>	<b>723.18</b>	