

Утверждаю:  
Директор МБОУ «СОШ № 1 с. п. Надтеречное»  
П.Ю. Ахмедова



## Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

I неделя

Завтрак

18.05.26 г.

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Понедельника	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
	Итого		500	14,52	17,6	75,84

Обед

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Понедельник	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	20	0,16	16,4	0,26	74,64
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого		500	14,4	33,57	93,81

Утверждаю:  
 Директор МБОУ «СОШ № 1 с.п. Надгеречное»



П.Ю. Ахмедова

## Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

I неделя

Завтрак

19.05.26 г.

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Вторник	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
	Итого	500	11,59	11,06	95,69	528,66

Обед

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Вторник	Рассольник домашний	95	200	1,67	4,07	10,15
	Рис отварной №304	304	100	2,43	3,58	24,46
	Хлеб пшеничный	573	100	7,6	0,8	49,2
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	14	20	0,16	16,4	0,26
	Сосиски "Особые халяль"	243	110	11,1	31,1	0,5
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5
	Итого		730	22,99	56,05	94,07

Утверждаю:  
 Директор МБОУ «СОШ № 1 с. п. Надтеречное»  
 П.Ю. Ахмедова



## Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

I неделя

Завтрак

20.05.26 г.

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Среда	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	22,91	32,55	53,38	598,11

Обед

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Среда	Рассольник домашний	95	200	1,67	4,07	10,15
	Рис отварной №304	304	100	2,43	3,58	24,46
	Хлеб пшеничный	573	100	7,6	0,8	49,2
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	14	20	0,16	16,4	0,26
	Сосиски "Особые халяль"	243	110	11,1	31,1	0,5
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5
	Итого		730	22,99	56,05	94,07

Утверждаю:  
Директор МБОУ «СОШ № 1 с. п. Надгеречное»  
П.Ю. Ахмедова



## Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

I неделя

Завтрак

21.05.26 г.

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
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
	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого		500	15,42	12,07	92,32

Обед

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Четверг	Суп с бобовыми (119)	119	200	5,72	38,52	12,49
	Картофельное пюре №312	312	150	3,06	4,8	20,44
	Хлеб пшеничный	573	100	7,6	0,8	49,2
	Сосиски "Особые халяль"	243	110	11,1	31,1	0,5
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5
	Итого			760	27,51	75,32

Утверждаю:  
Директор МБОУ «СОШ № 1 с. п. Надгеречное»  
П.Ю. Ахмедова



## Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

I неделя

Завтрак

22.05.26 г.

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Пятница	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
	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого		500	15,42	12,07	92,32

Обед

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Пятница	Рассольник ленинградский (96)	96	200	1,61	4,07	9,58
	Винегрет овощной	67	100	1,4	10,04	7,29
	Хлеб пшеничный	573	100	7,6	0,8	49,2
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	14	20	0,16	16,4	0,26
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5
	Итого			620	10,8	31,41