



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ №2 г. Урус-Мартан»
Н.М.Есмурзаев
01.09.2021

Меню «Завтрак»
МБОУ «СОШ №2 г. Урус-Мартан»

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Эквив
Понедельника	Суп молочный с крупой (рис)	200	4,82	1,02	16,83	132,4
	Хлеб пшеничный	100	7,9	1	48,3	235
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
	Какао на молоке	100	1,84	1,74	7,31	52,73
	Итого	410	14,56	11,96	72,54	495,13
Вторник	Каша овсяная "Геркулес"	180	7,3	8,9	32	238
	Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Итого	465	13,26	17,85	78,44	530,51
Среда	Каша рисовая молочная жидкая	180	6,6	9,2	31,9	237
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
	Какао на молоке	100	1,84	1,74	7,31	52,73
	Итого	365	14,36	19,89	75,53	540,98
Четверг	Картофельное пюре	150	4,3	6,05	42,3	164,2
	Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75

	Сосиски "Особые халыль"	50	4,75	6,75	80,5
	Итого	485	15,01	21,75	537,21
	Запеканка из творога	100	17,96	11,43	255,22
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	75
	Какао на молоке	100	1,84	1,74	52,73
	Итого	285	25,72	22,12	559,2
	Суп молочный с крупой (рис)	200	4,82	1,02	132,4
	Хлеб пшеничный	100	7,9	1	235
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	75
	Какао на молоке	100	1,84	1,74	52,73
	Итого	410	14,56	11,96	495,13
	Рис отварной	200	5,74	1,46	251,14
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	176,25
	Чай с лимоном	200	0,04	0	41,26
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	75
	Сосиски "Особые халыль"	50	4,75	6,75	80,5
	Итого	535	16,45	17,16	624,15
	Запеканка из творога	100	17,96	11,43	255,22
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	75
	Какао на молоке	100	1,84	1,74	52,73
	Итого	285	25,72	22,12	559,2
	Каша овсяная "Геркулес"	180	7,3	8,9	238
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	75
	Чай с лимоном	200	0,04	0	41,26
	Итого	465	13,26	17,85	530,51
	Каша рисовая молочная жидкая	180	6,6	9,2	237
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	176,25

	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
	Какао на молоке	100	1,84	1,74	7,31	52,73
пятница	Итого	365	14,36	19,89	75,53	540,98
	Картофельное пюре	150	4,3	6,05	42,3	164,2
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
	Сосиски "Особые халыль"	50	4,75	6,75		80,5
суббота	Итого	485	15,01	21,75	88,74	537,21
	Рис отварной	200	5,74	1,46	56,44	251,14
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
	Сосиски "Особые халыль"	50	4,75	6,75		80,5
	Итого	535	16,45	17,16	102,88	624,15