

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник а 06.02.23г	Суп молочный с крупой (рис) №121	200	2,97	3,57	6,14	68,57
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	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	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого	585	10,5	13,12	72,99	452,04
Вторник 07.02.23г	Каша пшенная рассыпчатая №206	208	9,08	8,44	51,16	316,92
	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	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого	593	16,61	17,99	118,01	701,33
Среда 08.02.23г	Каша жидкая молочная из манной крупы (181)	210	6,03	3,47	42,23	224,27
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	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	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого	595	13,56	13,02	109,08	608,68
Четверг 09.02.23г	Картофельное пюре №312	150	3,06	6,05	20,44	148,45
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75		80,5
	Итого	485	13,84	21,85	66,29	518,86
Пятница 10.02.23	Каша гречневая №183	210	9,09	12,99	35,18	293,99
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	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	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого	595	16,62	22,54	102,03	678,4

Понедельник 13.02.23г	Гис отварной №304	100	2,43	3,38	24,46	139,78
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	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
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75		80,5
	Итого	435	13,21	19,38	70,31	510,19
Вторник 14.02.23г	Каша жидкая молочная из манной крупы (181)	210	6,03	3,47	42,23	224,27
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	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	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого	595	13,56	13,02	109,08	608,68
Среда 15.02.23г	Каша гречневая №183	210	9,09	12,99	35,18	293,99
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	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	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого	595	16,62	22,54	102,03	678,4
Четверг 16.02.23г	Каша жидкая молочная из манной крупы (181)	210	6,03	3,47	42,23	224,27
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	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	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого	595	13,56	13,02	109,08	608,68
Пятница 17.02.23г.	Картофельное пюре №312	150	3,06	6,05	20,44	148,45
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	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
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75		80,5
	Итого	485	13,84	21,85	66,29	518,86

Утверждаю
Директор МБОУ «Сары-Суйская СОШ»
Елманбетова М.А.

Меню 06.02-17.02.2023г.
МБОУ «Сары-Суйская СОШ»
(обеда)

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник 06.02.23г	Щи из свежей капусты №87	200	1,4	3,91	4,72	59,67
	Винегрет овощной №67	100	1,4	10,04	7,29	125,12
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	5	0,04	4,1	0,07	37,34
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	580	8,79	18,9	57,8	437,4
Вторник 07.02.23г	Рассольник домашний №95	200	2	4,06	7,34	73,9
	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75		80,5
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	5	0,04	4,1	0,07	37,34
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	630	15,17	19,34	77,59	546,79
Среда 08.02.23г	Борщ №81	200	1,28	3,88	6,85	67,44
	Сметана	10	0,25	2	0,34	20,4
	Морковный салат №21	100	1,2	6	11,2	103,6
	Сыр порциями	10	2,32	2,95	0	35,83
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	5	0,04	4,1	0,07	37,34
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	600	11,04	19,78	64,18	479,88
Четверг 09.02.23г	Суп с бобовыми (119)	200	5,72	38,52	12,49	419,52
	Картофельное пюре №312	150	3,06	4,8	20,44	137,2
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75		80,5
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	5	0,04	4,1	0,07	37,34
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	680	19,52	55,02	78,72	889,83

Пятница 10.02.23г	Рассольник ленинградский (96)	200	1,61	4,07	9,58	81,39
	Винегрет овощной №67	100	1,4	10,04	7,29	125,12
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	5	0,04	4,1	0,07	37,34
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	580	9	19,06	62,66	459,12
Понедельник 13.02.23г	Борщ со свежей капустой и томатом	200	5	10	20	190
	Сметана	10	0,25	2	0,34	20,4
	Морковный салат №21	100	1,2	6	11,2	103,6
	Сыр порциями	10	2,32	2,95	0	35,83
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	5	0,04	4,1	0,07	37,34
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	600	14,76	25,9	77,33	602,44
Вторник 14.02.23г	Рассольник домашний №95	200	2	4,06	7,34	73,9
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0	4,1	0,05	37,5
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	480	7,95	9,01	53,11	326,67
Среда 15.02.23г	Щи из свежей капусты с картофелем №88	200	1,41	3,96	6,32	66,56
	Плов с курицей №291	150	12,71	7,85	26,8	228,69
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	5	0,04	4,1	0,07	37,34
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	630	20,11	16,76	78,91	546,92
Четверг 16.02.23г	Рагу овощное №143	105	1,77	10,99	8,6	140,39
	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75		80,5
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	5	0,04	4,1	0,07	37,34
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	535	14,94	26,27	78,85	613,28
Пятница 17.02.23г	Борщ №81	200	1,28	3,88	6,85	67,44
	Сметана	10	0,25	2	0,34	20,4
	Салат из свежих огурцов и помидоров №24	90	0,8	9,1	2,6	95,4
	Сыр порциями	10	2,32	2,95	0	35,83
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	5	0,04	4,1	0,07	37,34
Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
Итого	590	10,64	22,88	55,58	471,68