

Утверждаю  
директор О.Х.Шибзухова  
№ 01.01.2025г

**МЕНЮ - РАСКЛАДКА**  
**на 10 дней для организации питания детей**  
**в возрастных группах 7-11 лет в МКОУ СОШ №6 г.п.Нарткала**  
**Урванского муниципального района**  
**(обед, ОВЗ)**



3 ДЕНЬ ( среда )									
		200	1,54	4,93	10,19	91,29			
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,54	4,93	10,19	91,29			
245	Бефстроганов из отварной говядины	90	13,06	11,02	3,4	165,02			
303	Каша пшеничная вязкая	150	4,18	5,01	23,94	157,57			
42	Салат из моркови с маслом	60	0,74	3,08	6,88	58,2			
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14			
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29			
	<b>Итого</b>	<b>760</b>	<b>23,46</b>	<b>24,71</b>	<b>101,72</b>	<b>723,11</b>			
4 ДЕНЬ ( четверг )									
111	Суп с макаронными изделиями со сметаной	200	2,15	5,06	10,54	96,3			
234/330	Котлеты рыбные с соусом (90/60г)	150	12,22	10,09	16,93	207,41			
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	5,98	38,64	242,78			
45	Салат из белокочанной капусты с маслом	60	0,84	3,04	5,41	52,36			
376	Чай с сахаром	200	0	0	15	60			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14			
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29			
	<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>27,59</b>	<b>24,68</b>	<b>115,95</b>	<b>796,28</b>			
5 ДЕНЬ ( пятница )									
87	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) со сметаной	200	4,19	5,27	13,86	119,63			
244	Плов из отварной говядины	180	18,36	17,19	29,25	345,15			
52	Салат из свежкл отварной с маслом	60	0,84	3,07	4,95	50,79			
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14			
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29			
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>27,33</b>	<b>26,2</b>	<b>105,37</b>	<b>766,6</b>			

6 ДЕНЬ ( понедельник )									
103	Суп картофельный с вермишелью со сметаной	200	2,15	3,27	14,11	94,47			
279/366	Тефтели из говядины с соусом (90/50г)	140	11,19	12,53	14,63	216,05			
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	5,98	38,64	242,78			
45	Салат из белокочанной капусты с маслом	60	0,84	3,04	5,41	52,36			
376	Чай с сахаром	200	0	0	15	60			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14			
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29			
	<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>26,56</b>	<b>25,33</b>	<b>117,22</b>	<b>803,09</b>			
7 ДЕНЬ ( вторник )									
101	Суп картофельный с крупой со сметаной	200	1,75	3,17	12,31	84,77			
268	Котлеты рубленые из говядины	90	14,18	13,77	11,79	227,81			
309	Макаронные отварные с маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,43			
52	Салат из свежлы отварной с маслом	60	0,84	3,07	4,95	50,79			
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14			
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29			
	<b>Итого</b>	<b>760</b>	<b>26,23</b>	<b>25,19</b>	<b>112,8</b>	<b>782,83</b>			
8 ДЕНЬ ( среда )									
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,54	4,93	10,19	91,29			
288	Филе птицы отварное в сметанном соусе (№331)	100	12,59	11,28	3,51	165,92			
303	Каша пшенная вязкая	150	4,18	5,01	23,94	157,57			
42	Салат из моркови с маслом	60	0,74	3,08	6,88	58,2			
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14			
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29			
	<b>Итого</b>	<b>770</b>	<b>22,99</b>	<b>24,97</b>	<b>101,83</b>	<b>724,01</b>			

		9 ДЕНЬ ( четверг )									
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) со сметаной	200	4,49	5,21	13,32	118,13					
234/330	Котлеты рыбные с соусом (90/60г)	150	12,22	10,09	16,93	207,41					
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	5,98	38,64	242,78					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,84	3,04	5,41	52,36					
376	Чай с сахаром	200	0	0	15	60					
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14					
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29					
	<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>29,93</b>	<b>24,83</b>	<b>118,73</b>	<b>818,11</b>					
		10 ДЕНЬ ( пятница )									
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,89	5,09	13,42	107,05					
322/366	Котлеты рубленые из птицы с соусом (90/60)	150	16,65	7,32	19,04	208,64					
302	Каша рисовая рассыпчатая	150*	3,6	5,64	37,53	215,28					
52	Салат из свежлы отварной с маслом	60	0,84	3,07	4,95	50,79					
376	Чай с сахаром	200	0	0	15	60					
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14					
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29					
	<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>26,76</b>	<b>21,63</b>	<b>119,37</b>	<b>779,19</b>					
	<b>Итого за весь период</b>	<b>7840</b>	<b>259,26</b>	<b>248,93</b>	<b>1101,06</b>	<b>7681,65</b>					
	<b>Среднее значение за период</b>	<b>784,00</b>	<b>25,93</b>	<b>24,89</b>	<b>110,11</b>	<b>768,17</b>					

Список литератур : Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания в образовательных учреждениях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.- М.Дели плюс,2015.