Утверждаю:
Директор МБОУ "СОШ № 9г. Ачхой-Мартан"

Тамриева М.В.
"30" августа 2026г.

Циклическое меню МБОУ " СОШ№ 9 г.Ачхой-Мартан"
для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2026 - 2027 учебный год

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельника	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**
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
	Итого	**500**	**14.52**	**17.6**	**75.84**	**519.84**
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
	Итого	**430**	**15.34**	**21.7**	**52.07**	**465.14**
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
	Итого	**500**	**15.42**	**12.07**	**92.32**	**539.59**
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
	Итого	**485**	**22.58**	**16.55**	**49.67**	**437.95**
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
	Итого	**600**	**26.74**	**22.45**	**102.67**	**719.69**
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
	Итого	**495**	**23.68**	**19.58**	**86.83**	**618.26**
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
	Итого	**485**	**21.94**	**17**	**65.764**	**495**
	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
	Итого	**500**	**17.55**	**17.66**	**95.8**	**612.34**
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
	Итого	**490**	**14.32**	**25.37**	**93.68**	**594.61**

Утверждаю
Директор
МБОУ "СОШ №9 г.Ачхой-Мартан"
_____ Тамриева М.В.
"30" августа 2026 г.

Циклическое меню МБОУ "СОШ №9 г. Ачхой-Мартан"
для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2026-2027 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
	Итого	**715**	**28.16**	**26.05**	**121.32**	**833.29**
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
	Итого	**780**	**30.02**	**32.91**	**104.56**	**777.04**
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
	Итого	**717**	**29.23**	**27.9**	**78.09**	**623.22**
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
	Итого	**810**	**30.94**	**71.7**	**84.84**	**1050.95**
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
	Итого	**790**	**25.77**	**21.42**	**111.18**	**683.38**
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
	Итого	**670**	**23.35**	**31.15**	**112.32**	**823.97**
	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
	Итого	**770**	**23.63**	**41.06**	**76.85**	**713.99**
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
	Итого	**780**	**33.59**	**25.37**	**101.42**	**711.17**
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
	Итого	**780**	**31.22**	**32.76**	**104.6**	**780.94**
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
	Итого	**720**	**26.72**	**27.37**	**106.85**	**723.18**