

Утверждаю:  
 Директор  
 МБОУ "СОШ №9 г.Ачхой-Мартан"  
 \_\_\_\_\_ М.В.Тамриева  
 "30" августа 2024г.

Циклическое меню МБОУ "СОШ №9 г.Ачхой-Мартан"  
 для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2024 - 2025 учебный год

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	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
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>11.59</b>	<b>11.06</b>	<b>95.69</b>	<b>528.66</b>
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
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>14.52</b>	<b>17.6</b>	<b>75.84</b>	<b>519.84</b>	
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
<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>15.34</b>	<b>21.7</b>	<b>52.07</b>	<b>465.14</b>	
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
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>15.42</b>	<b>12.07</b>	<b>92.32</b>	<b>539.59</b>	
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
<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>22.58</b>	<b>16.55</b>	<b>49.67</b>	<b>437.95</b>	
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
<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>26.74</b>	<b>22.45</b>	<b>102.67</b>	<b>719.69</b>	
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	

	<b>Итого</b>	<b>495</b>	<b>23.68</b>	<b>19.58</b>	<b>86.83</b>	<b>618.26</b>
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
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>21.94</b>	<b>17</b>	<b>65.764</b>	<b>495</b>
четверг	Греча отварная №4,3	100	5.73	4.06	25.76	162.5
	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
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>17.55</b>	<b>17.66</b>	<b>95.8</b>	<b>612.34</b>
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
	<b>Итого</b>	<b>490</b>	<b>14.32</b>	<b>25.37</b>	<b>93.68</b>	<b>594.61</b>