

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор Алиев Д.К. Утверждаю:
 Д.К. Алиев



Меню

раскладка на «13» ноябрь 2024 г.

1-чкл.

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Суп молоч.																
	хлеб																
	чай + сыр.																

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Суп чечевич.																
	гречка																
	картоф.																
	компот																
	хлеб + салат																

Полдник

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Каша																
	Пшеница																
	банан.																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

от " 13 " ноябрь 2024г.

Меню-требование

2/3

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	38	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис	30			30	6,3	
6	Пшенич. крупа			70	70	15	
7	Горох <i>зелен</i>		5		5	1	
8	Вермишель		10		10	2	
9	Гречка		70		70	15	
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица		45		45	10	
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	8	
16	Сахар	20	20		40	5	
17	Мясо						
18	Куры		140		140	30	
19	Колбаса						
20	Сыр	10			10	2	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	125			125	27	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			92	4	
26	Сухофрукты		15		15	3	
27	Кисель						
28	Картофель		60		60	13	
29	Капуста		100		100	21,3	
30	Лук		15/15				
31	Морковь		15/15/50		80	17	
32	Огурцы						
33	Помидоры						
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукт свеж <i>яблоки</i>			100	100	21,3	

Продукты принял повар _____

откладн: Кури - 287.
 Карп - 357.
 Мора - 257.
 Лук - 167.
 Картоф - 287.

ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:
 Директор *[Signature]* Х.Д. Абдулмуслимов

Меню

раскладка на « 13 » ноябрь 2024 г.

5-9 кл.

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	Суп мясной																
	хлеб																
	Сыр + масло																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	Суп овощной																
	картофель																
	курица																
	Кефир																
	хлеб + салат																

Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	Каша																
	Пшеница																
	Салат																

Медицинская сестра *[Signature]* Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 13 " ноября 2024г.

130

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	29	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис	30			30	4	
6	Пшенич. крупа			80	80	10	
7	Горох <i>зеленый</i>		5		5	650гр.	
8	Вермишель		10		10	1,3	
9	Гречка		80		80	10	
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица		50		50	6,5	
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	20	20/20	20	60	8	
16	Сахар	25	25		50	6,5	
17	Мясо						
18	Куры		150		150	19,5	
19	Колбаса						
20	Сыр	20			20	2,6	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	150			150	19,5	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	3	
26	Сухофрукты		25		25	3,2	
27	Кисель						
28	Картофель		70		70	9,1	
29	Капуста		100		100	13,0	
30	Лук		15/15		30	4	
31	Морковь		15/15/150		80	10	
32	Огурцы						
33	Помидоры						
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукт. свеж			100	100	13,0	

Продукты принял повар _____

отходы! курица - 25г.
карт - 35г.
лук - 10г.
морк - 25г.
капусты - 15г.

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор Решеткин Х.Д. Абдумомунов



Меню

раскладка на «14» ноября 2024 г.

1-4 кл

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	чай сладкий																
	булочки																
	яблоки + хлеб																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Суп харчо																
	макароны																
	картофель																
	кблмет																
	хлеб + салат																

Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Каша манная																
	чай сладкий																
	пряники																

Медицинская сестра Решеткина Магомедова Р.Г.

от " 14 " ноябрь 2024г.

Меню-требование

233

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	42	
2	Булочки	1			1	233	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис		30		30	7	
6	Пшенич.крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		50		50	12	
11	Манка			70	70	16	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3,4	
15	Масло сливоч.		10/10	10	30	7	
16	Сахар	10	20	29/10	70	16	
17	Мясо		140		140	33	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2		0,2	94.	9	
26	Сухофрукты		15		15	3,4	
27	Кисель						
28	Картофель		60		60	14	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	7	
31	Морковь		15/15		30	7	
32	Огурцы		50		50	12	
33	Помидоры		30		30	7	
34	Чеснок		0,2	0,2		5	
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники			60	60	14	
41	Яйца						
42	Фрукты свежие	100			100	233	

Продукты принял повар _____

отходы: мясо - 357.
карт - 357.
морк - 95.
лук - 161.
помид - 155.
огурцы - 150.

ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор *[Signature]* Х.Д. Абдулмуслимов

Меню

раскладка на «14» ноября 2024 г.

5-8кл.

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	чай сладкий																
	булочки																
	яблоки + хлеб																

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	суп харго																
	макарон																
	гуляш																
	компот																
	хлеб + салат																

Полдник

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	каша манная																
	чай сладкий																
	премики																

Медицинская сестра *[Signature]* Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 14 " ноября 2024г.

105

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	100		200	23	
2	Булочки	1			1	105	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис		30		30	3	
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		60		60	6,3	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	1,5	
15	Масло сливоч.		15/15	15	45	4,7	
16	Сахар	25	25	25/15	90	9,4	
17	Мясо		150		150	16	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2		0,2	0,4	4	
26	Сухофрукты		25		25	2,6	
27	Кисель						
28	Картофель		70		70	7,3	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	3	
31	Морковь		15/15		30	3	
32	Огурцы		60		60	6,3	
33	Помидоры		50		50	5,2	
34	Чеснок		0,2		0,2	2	
35	Томат					9,5	
36	Соль					9,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники	60			60	6,3	
41	Яйца						
42	Фрукт свеж	100			100	10,5	

Продукты принял повар _____

обходн.:
мясо - 35%
карт - 35%
мук - 16%
морк - 25%
огурцы - 15%
помид - 15%

ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Х.Д. Абдулмуслимов

раскладка на «15» ноября 2024 г.

1-4 кл

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энгергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	Какао																
	Хлеб + масло																
	Йогурт вар.																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энгергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	Суп фасоли																
	Плов с курицей																
	Корнот + Хлеб																
	Салат																

Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энгергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	Каша																
	Пшенич.																
	Булочки + чай																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 15 " ноября 2024г.

236

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	42	
2	Булочки			1	1	236	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис		70		70	16,5	
6	Пшенич. крупа			70	70	16,5	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	2,3	
9	Гречка						
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		45		45	10,6	
14	Масло растит.		15		15	3,5	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	9,4	
16	Сахар	20	20	20	60	14,7	
17	Мясо						
18	Куры		140		140	33	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	100			100	23,6	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	2,8	
25	Чай			0,2	0,2	5	
26	Сухофрукты		15		15	3,5	
27	Кисель						
28	Картофель		60		60	14	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	7	
31	Морковь		15/15		30	7	
32	Огурцы		50		50	12	
33	Помидоры		30		30	7	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	236	
42	Фрукт. свеж						

Продукты принял повар _____

отходы: капуста - 35%
мясо - 25%
мука - 16%
крупы - 25%
фрукты - 15%
полезь - 25%

ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Х.Д. Абдулмуслимов

Меню

раскладка на «15» ноябрь 2024 г.

5-8кл

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Какао																
	Хлеб + масло																
	Яично вар.																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Суп фасоли																
	Яичко с курицы																
	Компот																
	Хлеб + салат																

Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Каша пшени																
	Булочки																
	чай сладк.																

Медицинская сестра Р.Г. Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 15 " ноября 2024г.

115

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	25	
2	Булочки			1	1	115	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис		80		80	9	
6	Пшенич. крупа			80	80	9	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	11,5	
9	Гречка						
10	Макаронь						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		50		50	6	
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	7	
16	Сахар	25	25	25	75	9	
17	Мясо						
18	Куры		150		150	17	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	125			125	14	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	1,3	
25	Чай	.		0,2	0,2	2	
26	Сухофрукты		25		25	3	
27	Кисель						
28	Картофель		70		70	8	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	3,4	
31	Морковь		15/15		30	3,4	
32	Огурцы		60		60	7	
33	Помидоры		50		50	6	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	115	
42	Фрукт.свеж						

Продукты принял повар _____

огурцы - 15%
 ст.холодн: Морк - 25%
 лук - 16%
 капуста - 35%
 капуста - 25%
 помид - 15%