

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор



Утверждено:

Д. Абдулмуслимов

# Меню

раскладка на «18» ноябрь 2024 г.

1-4 кл.

## 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			
	Какао																
	Хлеб + масло																
	Яйцо вар																

## 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 горох																
	Макарон																
	Колбаса																
	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																
	Творог																
	Фрукт. + сок кв.																

Медицинская сестра

Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от "18" ноября 2024г.

251.

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	45	
2	Булочки			1	1	251	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа			70	70	17,5	
7	Горох		45		45	11,2	
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		50		50	12,5	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	4	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	10	
16	Сахар	20	20		40	70	
17	Мясо						
18	Куры						
19	Колбаса		60		60	15	
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	100			100	25,1	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	3,0	
25	Чай						
26	Сухофрукты		15		15	4	
27	Кисель						
28	Картофель		60		60	15	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	7,5	
31	Морковь		15/15		30	7,5	
32	Огурцы		50		50	12,5	
33	Помидоры		30		30	7,5	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	251	
42	Фрукты свеж			200	200	50,2	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отходы: карт - 35%  
мук - 16%  
морк - 25%  
огурц - 15%  
помид - 15%

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор Шихов Х. Дабдулмисиримов Утверждаю:



Меню

раскладка на «18» ноября 2024 г.

5-9 кл.

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			
	Какао																
	Хлеб + масло																
	Яйцо вар																

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 горох																
	Макарон																
	Колбаса																
	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			
	Каши																
	Пшенич.																
	Булочка + сок из Г.																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

от "18" ноября 2024г.

Меню-требование

127

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	28	
2	Булочки			1	1	127	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис					10	
6	Пшенич. крупа			50	80	6,3	
7	Горох		50		50		
8	Вермишель						
9	Гречка					7,6	
10	Макароны		60		60		
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль					2	
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	7,6	
16	Сахар	25	25		50	6,3	
17	Мясо						
18	Куры					9	
19	Колбаса		70		70		
20	Сыр						
21	Сметана					16	
22	Молоко цельн	125			125		
23	Кефир					1,5	
24	Какао	1,2			1,2		
25	Чай					3,1	
26	Сухофрукты		25		25		
27	Кисель					9	
28	Картофель		70		70		
29	Капуста					4	
30	Лук		15/15		30	4	
31	Морковь		15/15		30	4	
32	Огурцы		60		60	7,6	
33	Помидоры		50		50	6,3	
34	Чеснок					0,5	
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,7	
37	Зелень						
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	127	
42	Сек. жир			200	200	25,4	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отходы: Карт - 35%  
 Лук - 18%  
 Морк - 25%  
 помид - 15%  
 Огурец - 10%

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор Х. Абдулмуслимов



**Меню**

раскладка на «19» ноября 2024 г.

1-4 кл.

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
	Чай сладкий																
	Хлеб + сыр, фрукты																

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
	Суп харчо																
	Пирожки с картошкой																
	Перловая + курица + комп.																

Полдник

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
	Каша манная																
	Бананы																

Медицинская сестра Р.Г. Магомедова Р.Г.

от " 19 " ноября 2024г.

Меню-требование

240

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	48	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука		50		50	12	
5	Рис		30		30	7,2	
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка		70		70	17	
10	Макароны						
11	Манка			70	70	17	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	4	
15	Масло сливоч.		10/10	10	30	7,2	
16	Сахар	20	20	10	30	7,2	
17	Мясо		140		140	34	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр	10			10	2,4	
21	Сметана	10				2,4	
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао				0,2	5	
25	Чай	0,2			15	4	
26	Сухофрукты		15				
27	Кисель						
28	Картофель		60/50		110	26,4	
29	Капуста		15/15		30	7,2	
30	Лук		15/15		30	7,2	
31	Морковь						
32	Огурцы				0,2	5	
33	Помидоры		0,2				
34	Чеснок					0,5	
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,7	
37	Зелень						
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца			100	100	240	
42	Фрукты						

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отходн: карто - 35%  
 масло - 35%  
 лук - 10%  
 морк - 25%

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор Рисов



**Меню**

раскладка на «19» ноября 2024 г.

5-9кл.

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			
	Чай сладкий																
	Хлеб + сыр																
	Фрукты																

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 харчо																
	Винегрет																
	Карб + комп																
	Перловка																
	Гурьянц + хлеб																

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																
	Мамалы																
	Бананы																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от "18" ноября 2024г.

118

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	26	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука		50		50	6	
5	Рис		30		30	3,5	
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка <del>Пшеница</del>		80		80	9,4	
10	Макароньы						
11	Манка			80	80	9,4	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	1,7	
15	Масло сливоч.		15/15	15	45	5,3	
16	Сахар	25	25	15	65	8	
17	Мясо		150		150	8	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр	20			20	2,3	
21	Сметана <del>сыр</del>	20			20	2,3	
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	2,3	
26	Сухофрукты						
27	Кисель						
28	Картофель		70/50		120	14,1	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	3,5	
31	Морковь		15/15		30	3,5	
32	Огурцы						
33	Помидоры						
34	Чеснок		0,2		0,2	2,3	
35	Томат						
36	Соль						
37	Зелень						
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукты <del>яблоки</del>			100	100	11,8	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отходы: мясо - 35г;  
карт - 35г;  
мук - 10г;  
морк - 25г



ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:  
 Директор А. Д. Абдумусаймов



**Меню**

раскладка на «20» ноября 2024 г.

1-чкл.

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	Са	р	Mg	Fe			
	Суп молоч.																
	Хлеб + яйцо																
	вар. чай																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	Са	р	Mg	Fe			
	Суп чечен.																
	гречка																
	гуляш.																
	Хлеб салат																
	Компот																

Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	Са	р	Mg	Fe			
	Каша																
	пшенич.																
	Яблоки вайручи																
	чай																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 20 " ноября 2024г.

247

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	44	
2	Булочки			1	1	247	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа			80	80	20	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	2,4	
9	Гречка		20		20	20	
10	Макароньы						
11	Манка						
12	Чечевица		50		50	12,3	
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	4	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	10	
16	Сахар	20	20	20	60	15	
17	Мясо						
18	Куры		200		200	50	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	125			125	30	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2		0,2	0,4	10	
26	Сухофрукты		20		20	5	
27	Кисель						
28	Картофель		70		70	17,2	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	7,4	
31	Морковь		15/15		30	7,4	
32	Огурцы		50		50	12,3	
33	Помидоры		30		30	7,4	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	247	
42	Фрукты свеж			100	100	24,4	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отходн. Карс - 35г  
круп - 25г  
лук - 16г  
морк - 25г  
помид - 15г  
огурцы - 15г

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:  
 Директор Х.Д.Кабдулмуслимов



**Меню**

раскладка на « 20 ноябрь 2024 г.

5-8кл.

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порци ни	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 молоч.																
	Хлеб + яйцо вар																
	чай слад.																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порци ни	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 сельди м/б																
	Крошки																
	картош, хлеб																
	салат овощ																
	компот																

Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порци ни	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																
	пишешт. + чай																
	молоко варен																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 20 " ноября 2024г.

113

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	25	
2	Булочки			1	1	113	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич крупа			100	100	11,3	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	1,1	
9	Гречка		100		100	11,3	
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица		60		60	7	
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	7	
16	Сахар	25	25	25	75	8,4	
17	Мясо						
18	Куры		250		250	28,2	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	150			150	17	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2		0,2	0,4	4,5	
26	Сухофрукты		30		30	3,3	
27	Кисель						
28	Картофель		90		90	10,1	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	3,3	
31	Морковь		15/15		30	3,3	
32	Огурцы		60		60	7	
33	Помидоры		50		50	5,6	
34	Чеснок						
35	Томат					95	
36	Соль					95	
37	Зелень					92	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	113	
42	Фрукт. сок			100	100	11,3	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отходы:  
карт - 35%  
кура - 25%  
лук - 15%  
мор - 25%  
пом - 15%  
огурцы - 15%

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор Х.А. Абдумуслимов Утверждаю:



**Меню**

раскладка на «21» ноября 2024 г.

1-4кл

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порци ин	Пищевые вещества (г)			Энгергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	Чай сладк																
	хлеб + сыр																
	молоч. суп																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порци ин	Пищевые вещества (г)			Энгергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	Борщ																
	макарони																
	гуляш, хлеб																
	салат морск.																
	компот																

Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порци ин	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																
	манная.																
	бурочки сок чай																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 21 " ноября 2024г.

257

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	190		290	55	
2	Булочки			1	1	257	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич крупа						
7	Горох <i>зелен</i>		15		15	4	
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		80		80	20	
11	Манка			80	80	20	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	4	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	10	
16	Сахар						
17	Мясо						
18	Куры		200		200	50,2	
19	Колбаса		40		40	10	
20	Сыр	20			20	5,0	
21	Сметана		21		21	5,2	
22	Молоко цельн	130			130	33	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	5	
26	Сухофрукты		25		25	6,2	
27	Кисель						
28	Картофель		90/100		190	48	
29	Капуста		30		50	12,5	
30	Лук		20/20		40	10	
31	Морковь		20/20/15		55	14	
32	Огурцы <i>сорт</i>		16		16	4,0	
33	Помидоры						
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье <i>свежее</i>		50			50	
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца		90		90	22,5	
42	Фрукт свеж <i>сорт</i>			200	200	50,2	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

бюджет: Кури - 257.  
Кар - 357.  
Лук - 167.  
Морк - 257.  
Кабач - 267.  
Свежее - 257

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор Н. Д. Абдулмуслимов подтверждаю:



Меню

раскладка на «21» ноябрь 2024 г.

5-9кл.

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																
	Хлеб + сыр																
	Мяс. сливоз																

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			
	Борщ. м.б																
	Макарон																
	Гуляш. Хлеб																
	Салат мясной																
	Компот																

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																
	Молоч. Я																
	Булочки, сок и др.																

Медицинская сестра Р.Г. Магомедова Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 21 " ноябрь 2024г.

127.

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	120	130		250	32	
2	Булочки			1	1	127	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа						
7	Горох <u>зелен</u>		15		15	2	
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		100		100	12,7	
11	Манка			100	100	12,7	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	8	
16	Сахар						
17	Мясо						
18	Куры		250		250	32	
19	Колбаса		40		40	5	
20	Сыр	25			25	3,1	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	150			150	23,5	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	2,5	
26	Сухофрукты		35		35	4,4	
27	Кисель						
28	Картофель		100/100		200	25,4	
29	Капуста		50		50	6,3	
30	Лук		20/20		40	5	
31	Морковь		20/20/15		55	7	
32	Огурцы <u>солен</u>		16		16	2,0	
33	Помидоры						
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье <u>сметан</u>		50		50	6,3	
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукты <u>свеж</u>			200	200	25,4	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

откладн: Куры - 257  
карт - 357  
лук - 167  
морк - 257  
капу - 257  
сметане - 25



ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждено:  
 Х.Д. Абу-туманов  
 Директор

**Меню**

раскладка на «22» ноября 2024 г.

1-4 кл

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порци ни	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	Са	р	Mg	Fe			
	Какао																
	Хлеб + масло																
	Слив. чай вар.																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порци ни	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	Са	р	Mg	Fe			
	Суп фреско																
	плов с кур.																
	компот																
	Хлеб + салат.																

Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порци ни	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В I	С	А	Е	Са	р	Mg	Fe			
	Каши Пшениц																
	ваздушки																
	Молк сладк																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 21 " ноября 2024г.

230

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	50	
2	Булочки			1	1	230	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис		80		80	18,4	
6	Пшенич крупа			80	80	18,4	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	2,3	
9	Гречка						
10	Макароньы						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		50		50	11,5	
14	Масло растит.		15		15	3,4	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	30	7	
16	Сахар	20	20	20	60	14	
17	Мясо						
18	Куры		200		200	46	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана				130	30	
22	Молоко цельн	130					
23	Кефир				1,2	3	
24	Какао	1,2			0,2	5	
25	Чай			0,2	25	6	
26	Сухофрукты		25				
27	Кисель						
28	Картофель		80		80	21	
29	Капуста						
30	Лук		20/20		40	9,2	
31	Морковь		20/20		40	9,2	
32	Огурцы		50		50	11,5	
33	Помидоры		50		50	11,5	
34	Чеснок					0,5	
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,7	
37	Зелень						
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	230	
42	Фрукт.свеж						

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

Отходы: карто - 25%  
кури - 25%  
морк - 25%  
лук - 16%  
помид - 15%  
огур - 15%

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:  
 Директор Хусейн Д. Абдулмутимов



**Меню**

раскладка на «22» ноябрь 2024 г.

5-9 кл.

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			
	Какао																
	Хлеб + масло																
	Яично вар																

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 фасоли																
	Хлеб с курицей																
	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			
	Каши пшени																
	Ватрушки																
	Чай сладк																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 22 " ноябрь 2024г.

120

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	120	130		250	30	
2	Булочки			1	1	120	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис		100		100	12,0	
6	Пшенич. крупа			100	100	12,0	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	1,2	
9	Гречка						
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		55		55	7	
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	7,2	
16	Сахар	25	25	15	65	8	
17	Мясо		250		250	30	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	150			150	18	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	1,4	
25	Чай			0,2	0,2	2,4	
26	Сухофрукты		35		35	4,2	
27	Кисель						
28	Картофель		100		100	12,0	
29	Капуста						
30	Лук		20/20		40	5	
31	Морковь		20/20		40	5	
32	Огурцы		60		60	7,2	
33	Помидоры		60		60	7,2	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	120	
42	Фрукт.свеж						

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

Оборот:  
Кури - 25 г.  
Карт - 35 г.  
Лук - 160 г.  
Морк - 25 г.  
Пол - 15 г.  
Огурцы - 15 г.