

ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор Х.Д. Абдулмуслимов

Меню

раскладка на «15» марта 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	Са	Р	Mg	Fe			
	Суп мясной																
	Хлеб + сыр																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
	Суп рыбный																
	Гречка																
	Суп рис.																
	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	Са	Р	Mg	Fe			
	Каша																
	Пшеница																
	Булочки-сок																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 15 " Июль 2024г.

245

Продукты сдал завхоз _____

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	54	
2	Булочки			1	1	245	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис	30			30	7,3	
6	Пшенич. крупа			80	80	20	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	2,4	
9	Гречка		80		80	20	
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица		50		50	12,2	
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3,6	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	10	
16	Сахар		20		20	5	
17	Мясо						
18	Куры		200		200	49	
19	Колбаса						
20	Сыр	20			20	10	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	130			130	32	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай						
26	Сухофрукты		25		25	6,1	
27	Кисель						
28	Картофель		80		80	22	
29	Капуста						
30	Лук		10/20		40	10	
31	Морковь		20/20		40	10	
32	Огурцы		50		50	12,2	
33	Помидоры		50		50	12,2	
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			200	200	49	огурцы - 15%

Продукты принял повар _____

Сухофр: Куры - 25%
Карт - 35%
Морк - 25%
Лук - 16%
Пом - 15%

ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор Шмол Х.Д. Абдулмуслимов

Меню

раскладка на «15» января 2025 г.

5-9кл.

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	р	Mg	Fe			
	Сыр молодой.																
	Хлеб + сыр.																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	р	Mg	Fe			
	Сыр твердый.																
	гречка																
	картофель																
	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	Са	р	Mg	Fe			
	каша																
	пшеница +																
	булочки + сок																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

от " 15 " Июля 2024г.

133

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	120	130		250	33,2	
2	Булочки			1	1	133	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис	30			30	4	
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	1,3	
9	Гречка		100		100	13,3	
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица		55		55	7,3	
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	8	
16	Сахар		25				
17	Мясо						
18	Куры		250		250	33,2	
19	Колбаса						
20	Сыр	25			25	3,3	
21	Сметана						
22	Молоко цельн.	150			150	20	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай						
26	Сухофрукты		35		35	5	
27	Кисель						
28	Картофель		100		100	13,3	
29	Капуста						
30	Лук		20/20		40	5,3	
31	Морковь		20/20		40	5,3	
32	Огурцы		60		60	8	
33	Помидоры		60		60	8	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукт. свекл			200	200	26,6	

Продукты принял повар _____

отхвост: Кури - 25%
 Карт - 35%
 Млрк - 25%
 Млх - 16%
 Пашаг - 15%
 Огурцы - 15%

ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор Алиев Х.Д. Абдулмуслимов

Меню

раскладка на «16» января 2024 г.

1-4кл

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			
	<u>чай сладк</u>																
	<u>бутерброд</u>																

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			
	<u>борщ м/б</u>																
	<u>макаронн</u>																
	<u>суп м/б</u>																
	<u>салат + хлеб</u>																

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			
	<u>пишки</u>																
	<u>чай сладк</u>																
	<u>яблоки</u>																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 16 " декабря 2024г.

245

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	54	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		80		80	20	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	4	
15	Масло сливоч.		10/10		20	5	
16	Сахар	20	20	20	60	15	
17	Мясо		200		200	4,9	
18	Куры						
19	Колбаса	40			40	10	
20	Сыр <u>гауца</u>	20			20	5	
21	Сметана	10			10	2,4	
22	Молоко цельн						
23	Кефир <u>свеж</u>		50		50	12,2	
24	Какао						
25	Чай	0,2		0,2	0,4	10	
26	Сухофрукты		25		25	6,1	
27	Кисель						
28	Картофель		80		80	22	
29	Капуста		50		50	12,2	
30	Лук		20/20		40	10	
31	Морковь		20/20		40	10	
32	Огурцы		50		50	12,2	
33	Помидоры	10	50		60	15	
34	Чеснок						
35	Томат				95		
36	Соль				95		
37	Зелень				0,7		
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	90			90	22	огурцы - 15%
42	Фрукт <u>свеж</u>			100	100	24,5	пом - 15%

Продукты принял повар _____

итогов:
мясо - 35%
карт - 35%
морк - 25%
лук - 15%
огурцы - 25%
сметана - 25%



ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор Жисол Х.Д. Абдулмуслимов

Меню

раскладка на «16» января 2024 г.

5-9

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			
	чай сладк																
	бутерброд																

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			
	борщ. м/б																
	макаронн																
	гуляш.																
	фолетю																
	хлеб + салат																

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			
	Пшени																
	чай сладк																
	яблоки																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	120	130		250	33	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		100		100	13,3	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.		15/15		30	4	
16	Сахар	25	25	25	75	10	
17	Мясо		250		250	33,2	
18	Куры						
19	Колбаса	40			40	5,3	
20	Сыр <i>гауде</i>	40			20	2,6	
21	Сметана	10			10	1,3	
22	Молоко цельн						
23	Кефир <i>обезж.</i>		50		50	6,6	
24	Какао						
25	Чай	0,2		0,2	0,4	5	
26	Сухофрукты		35		35	4,6	
27	Кисель						
28	Картофель		100		100	13,3	
29	Капуста		50		50	6,6	
30	Лук		20/20		40	5,3	
31	Морковь		20/20		40	5,3	
32	Огурцы		60		60	8	
33	Помидоры	10	60		70	9,3	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукт <i>свеж</i>			100	100	13,3	

Продукты принял повар _____

обходки: *огуры - 15%*
мясо - 35%
 *карт - 35%
 лук - 16%
 морк - 25%
 капуста - 25%
 свекла - 25%
 помид - 15%

ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор Симо Х.Д. Абдулмуслимов

Меню

раскладка на «17» Июля 2024 г.

1-4

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В 1	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	<u>сахаро</u>																
	<u>хлеб + йогур</u>																
	<u>вар + мисл</u>																

Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В 1	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	<u>Суп фасоли</u>																
	<u>хлеб с</u>																
	<u>курица.</u>																
	<u>картоф</u>																
	<u>хлеб</u>																

Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В 1	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	<u>Фрукты</u>																
	<u>сир. нат.</u>																
	<u>бананы.</u>																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 17 " марта 2024г.

244

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	120	130		250	61	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис		100		100	24,4	
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	2,4	
9	Гречка						
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		55		55	13,4	
14	Масло растит.		15		15	3,6	
15	Масло сливоч.	15	15/15		45	11	
16	Сахар	25	25		50	12,2	
17	Мясо						
18	Куры		250		250	61	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	150			150	36,6	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	3	
25	Чай						
26	Сухофрукты		35		35	8,5	
27	Кисель						
28	Картофель		100		100	24,4	
29	Капуста						
30	Лук		20/20		40	10	
31	Морковь		20/20		40	10	
32	Огурцы						
33	Помидоры						
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты <u>наб</u>			200	200	49	
40	Пряники			60	60	14,6	
41	Яйца	1			1	244	
42	Фрукт <u>свеж</u>			60	60	14,6	

Продукты принял повар _____

отхозна: супа - 25%.
Макар - 25%.
Рис - 35%.
Мясо - 16%.

ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор Х.Д. Абдулмуслимов

Меню

раскладка на «17» января 2024 г.

5-9

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			
	Какао																
	Хлеб + джем																
	Чай + мед.																

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 фасоль.																
	Хлеб с курицей.																
	Компот																
	Хлеб																

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			
	Пряники																
	Сок из чур																
	Бананы																

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 12 " Июля 2024г.

127

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	28	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис		80		80	10,1	
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	1,2	
9	Гречка						
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		50		50	6,3	
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	10	10/10	20	30	4	
16	Сахар	20	20		40	5	
17	Мясо						
18	Куры		200		200	25,4	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	130			130	16,5	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	2	
25	Чай						
26	Сухофрукты		25		25	3,1	
27	Кисель						
28	Картофель		90		90	11,4	
29	Капуста						
30	Лук		20/20		40	5	
31	Морковь		20/20		40	5	
32	Огурцы						
33	Помидоры						
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты <u>нап</u>			200	200	25,4	
40	Пряники			60		60	
41	Яйца	1			1	12,7	
42	Фрукт. свеж <u>яблоки</u>			100	100	12,7	

Продукты принял повар _____

Выход: карто - 35%
Кури - 25%
Мир - 10%
Морк - 25%