

# ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Х.Д. Абдулмуслимов

## Меню

раскладка на «10» марта 2025 г.

1-4кл

### 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 варен																

### 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																
	Макаронн																
	Щи																
	котлет + 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																
	творожная																
	булочки + сок																

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 10 " марта 2025г.

221

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	49	
2	Булочки			1	1	221	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа			80	80	18	
7	Горох		60		60	11	
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		80		80	18	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	9	
16	Сахар	20	20		40	9	
17	Мясо		200		200	44	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	130			130	29	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	3	
25	Чай						
26	Сухофрукты		25		25	5	
27	Кисель						
28	Картофель		90		90	20	
29	Капуста						
30	Лук		20/20		40	9	
31	Морковь		20/20		40	9	
32	Огурцы		50		50	11	
33	Помидоры		50		50	11	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	221	
42	Фрукт. свеж	сак		200	200	44	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

Отхвост: мясо - 35г,  
карт - 35г,  
морк - 25г,  
лук - 16г.

# ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Х.Д. Абдулмуслимов

## Меню

раскладка на «10» марта 2025 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			
	пакшо																
	хлеб + масло																
	яйцо вар																

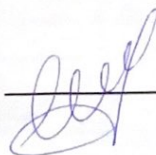
### Обед

№	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 горох																
	макаронн																
	цукки																
	картоф + 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			
	каша																
	пшениная																
	булочки + сок																

Медицинская сестра \_\_\_\_\_



Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 10 " марта 2025г.

121

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	120	130		250	30	
2	Булочки			1	1	121	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа			100	100	12	
7	Горох		55		55	7	
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		100		100	12	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	7	
16	Сахар	25	25		50	6	
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	
25	Чай						
26	Сухофрукты		35		35	4	
27	Кисель						
28	Картофель		100		100	12	
29	Капуста						
30	Лук		20/20		40	5	
31	Морковь		20/20		40	5	
32	Огурцы		60		60	7	
33	Помидоры		60		60	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	121	
42	Фрукт. свеж			200	200	24	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отходы: мясо-30г  
карт-25г  
морк-25г  
лук-16г

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Х.Д. Абдулмуслимов

**Меню**

раскладка на «11» марта 2025 г.

1-4кл

Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энгергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В 1	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	чай сахар																
	хлеб + сыр																
	маслосыр																

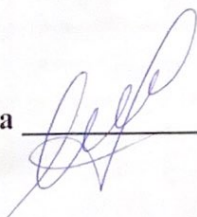
Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энгергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)						
			Б	Ж	У		В 1	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	суп чегеб																
	фрукто																
	чудец																
	квашеный 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 1	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	каша																
	рис																
	пряники + сок																

Медицинская сестра \_\_\_\_\_



Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 11 " марта 2025г.

222

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	49	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа			80	80	18	
7	Горох <i>зел</i>		10		10	2	
8	Вермишель		10		10	2	
9	Гречка		80		80	18	
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица		60		60	11	
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	9	
16	Сахар	20	20	10	50	11	
17	Мясо						
18	Куры		200		200	44	
19	Колбаса						
20	Сыр	20			20	4	
21	Сметана		15		15	3	
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	4	
26	Сухофрукты		25		25	5	
27	Кисель						
28	Картофель		90		90	20	
29	Капуста		100		100	22	
30	Лук		20/20		40	9	
31	Морковь		20/20/35		75	16	
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			60	60	11	
42	Фрукт.свеж <i>сок</i>			200	200	44	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

Охотн: куры - 35;  
карт - 25;  
морк - 25х

# ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Х.Д. Абдулмуслимов

## Меню

раскладка на « 11 » марта 2025 г.

5-9 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			
	чай сладк																
	хлеб + сыр																
	масло слив																

### 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 чечев																
	фасока																
	картофель																
	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			
	наша пицца																
	кряжики																
	сок																

Медицинская сестра \_\_\_\_\_



Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 11 " марта 2025г.

121

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	120	130		250	30	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа			100	100	12	
7	Горох <i>3шт</i>		10		10	1	
8	Вермишель		10		10	1	
9	Гречка		100		100	12	
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица		55		55	7	
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15	15	50	6	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	7	
16	Сахар		25	15	40	5	
17	Мясо						
18	Куры		250		250	30	
19	Колбаса						
20	Сыр	30			30	4	
21	Сметана		15		15	2	
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	2	
26	Сухофрукты		35		35	4	
27	Кисель						
28	Картофель		100		100	12	
29	Капуста		100		100	12	
30	Лук		20/20		40	5	
31	Морковь		20/20/35		75	9	
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			60	60	7	
42	Фрукт.свеж <i>сак</i>			200	200	24	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

свхофр. куры - 311  
карт - 35г.  
морк - 25г.  
лук - 16г.



# ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Х.Д. Абдулмуслимов

## Меню

раскладка на «12» марта 2025 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 1	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	суп молочный хлеб + сыр																

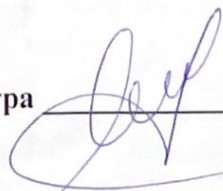
### Обед

№	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			
	суп овощной капуста тушеное мясо картофель + хлеб мандарины																

### 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			
	каша пшеничная бублики сок																

Медицинская сестра



Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 12 " марта 2025г.

225

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	49	
2	Булочки			1	1	225	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа			80	80	18	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	2	
9	Гречка						
10	Макаронь						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		50		50	11	
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	9	
16	Сахар		20		20	4	
17	Мясо		200		200	45	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр	20			20	4	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	130			130	29	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай						
26	Сухофрукты		25		25	6	
27	Кисель						
28	Картофель		90/60		150	34	
29	Капуста		100		100	22	
30	Лук		20/20		40	9	
31	Морковь		20/20		40	9	
32	Огурцы						
33	Помидоры						
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты wang		1		1	225	
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукт. свеж сан			200	200	45	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отхода. карт-35г.  
шорк-35г.  
лук-16г.

# ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Х.Д. Абдулмуслимов

## Меню

раскладка на «12» марта 2025 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			
	суп малоз хлеб + сыр																

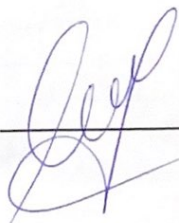
### Обед

№	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 греческий капусты туш. с мясом картофель мандарины																

### 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 пшеничная булочки сок																

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Магомедова Р.Г.



Меню-требование  
от " 12 " марта 2025г.

118

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	120	130		250	29	
2	Булочки			1	1	118	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич.крупа			100	100	12	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	1	
9	Гречка						
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		55		55	6	
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	7	
16	Сахар		25		25	3	
17	Мясо		250		250	29	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр	30			30	3	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	150			150	18	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай						
26	Сухофрукты		35		35	4	
27	Кисель						
28	Картофель		100/60		160	19	
29	Капуста		100		100	12	
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 манд		1		1	118	
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукт.свеж сок			200	200	24	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

Отхвост: колбаса - 55г  
сыр - 30г  
лук - 16г  
чеснок - 35г

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Х.Д. Абдулмуслимов

**Меню**

раскладка на «13» марта 2025 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			
	булгур																
	чай сладкий																

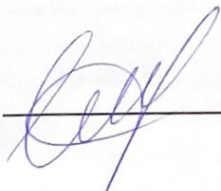
Обед

№	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 харчо																
	Макароны																
	котлеты																
	каша гр+хлеб																
	салат овощ																

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 манная																
	бананы																

Медицинская сестра \_\_\_\_\_



Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 13 " марта 2025г.

230

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	57	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис		30		30	7	
6	Пшенич.круп						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		80		80	18	
11	Манка			80	80	18	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.		10/10	10	30	7	
16	Сахар	20	20	10	50	11	
17	Мясо						
18	Куры		100		100	23	
19	Колбаса	40			40	9	
20	Сыр <i>аура</i>	20			20	5	
21	Сметана	10			10	2	
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	5	
26	Сухофрукты		25		25	6	
27	Кисель						
28	Картофель		90		90	21	
29	Капуста						
30	Лук		20/20		40	9	
31	Морковь		20/20		40	9	
32	Огурцы		50		50	11	
33	Помидоры	10	50		60	14	
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						
41	Яйца	90			90	21	
42	Фрукт.свеж <i>данаи</i>			100	100	23	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отхвост карт - 35.  
морк - 35.  
лук - 16,  
мясо - 25.

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Х.Д. Абдулмуслимов

**Меню**

раскладка на «13» марта 2025 г.

Б-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		
	бутерброд															
	чай сахар															

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 харчо															
	макарони															
	котлет															
	напиток + хлеб															
	салат овощ															

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															
	банан															

Медицинская сестра  Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 13 " марта 2025г.

114

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	120	130		250	28	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис		30		30	3	
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		100		100	11	
11	Манка			100	100	11	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.		15/15	15	45	5	
16	Сахар	25	25	15	65	7	
17	Мясо						
18	Куры		150		150	17	
19	Колбаса						
20	Сыр <i>камамбер</i>	20			20	2	
21	Сметана	10			10	1	
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	2	
26	Сухофрукты		35		35	4	
27	Кисель						
28	Картофель		100		100	11	
29	Капуста						
30	Лук		20/20		40	4	
31	Морковь		20/20		40	4	
32	Огурцы		60		60	7	
33	Помидоры	10	60		70	8	
34	Чеснок		0,2		0,2	2	
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	114	
42	Фрукт. свеж <i>банан</i>			100	100	11	

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отхвост: карт-35г  
шорк-35г  
лук-16г  
мясо-35г



ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Х.Д. Абдулмуслимов

**Меню**

раскладка на «14» марта 2025 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 сладк																
	яйцо вар																
	масло слив																

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			
	борщ м/с																
	макаронн																
	котлеты																
	кашот																
	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																
	булоч. чай																

Медицинская сестра \_\_\_\_\_



Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 14 " марта 2025г.

221

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	49	
2	Булочки			1	1	221	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		80		80	18	
11	Манка			80	80	18	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	9	
16	Сахар	20	20	10	50	11	
17	Мясо						
18	Куры		90		90	20	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2		0,2	0,4	9	
26	Сухофрукты		25		25	5	
27	Кисель <i>свекла</i>		30		30	7	
28	Картофель		90		90	20	
29	Капуста		50		50	11	
30	Лук		20/20		40	9	
31	Морковь		20/20		40	9	
32	Огурцы		50		50	11	
33	Помидоры		10/50		60	13	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,4	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	221	
42	Фрукт.свеж						

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

отхосн: курица - 35г.  
карт - 35г.  
морк - 25г.  
лук - 16г.

# ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Х.Д. Абдулмуслимов

## Меню

раскладка на « 14, марта » 2025 г.

5-9кл

### 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			
	чай сарк																
	смузи бар																
	мисо суп																

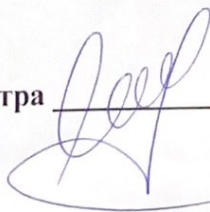
### Обед

№	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			
	борщ м/б																
	макарони																
	котлеты																
	картоф																
	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 1	С	А	Е	Са	р	Mg	Fe			
	каша																
	манна																
	смузи чай																

Медицинская сестра \_\_\_\_\_



Магомедова Р.Г.

114

Меню-требование  
от " 14 " марта 2025г.

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	120	130		250	28	
2	Булочки			1	1	114	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макаронь		100		100	11	
11	Манка			100	100	11	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	10	15/15	15	55	6	
16	Сахар	25	25	10	60	7	
17	Мясо						
18	Куры		100		100	11	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2		0,2	0,4	4	
26	Сухофрукты		35		35	4	
27	Кисель <i>свеж</i>		30		30	3	
28	Картофель		100		100	11	
29	Капуста		50		50	6	
30	Лук		20/20		40	4	
31	Морковь		20/20		40	4	
32	Огурцы		60		60	7	
33	Помидоры		10/60		70	8	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,4	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	114	
42	Фрукт.свеж						

Продукты принял повар \_\_\_\_\_

Отходы: капуста - 35г  
морк - 35г  
лук - 16г  
карт - 35г