

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор _____ М.Г. Гасанов

Меню

раскладка на « 5 » ноябрь 2025 г.

5-9кл

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			
	Сыр мороз.																
	Хлеб + сыр.																

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			
	Сыр горох.																
	Макаронн. суп.																
	Компот																
	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																
	Пшенич.																
	Булоч. сок каб.																

Медицинская сестра _____ Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 5 " ноября 2025г.

114

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	100		200	26	
2	Булочки			1	1	117	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис	30			30	3	
6	Пшенич. крупа			90	90	10	
7	Горох		50		50	6	
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		90		90	10	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	4	
16	Сахар		25		25	3	
17	Мясо						
18	Куры		250		250	29	
19	Колбаса						
20	Сыр	30			30	3	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	150			150	17	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай						
26	Сухофрукты		30		30	3	
27	Кисель						
28	Картофель		90		90	10	
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						
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,5	
38	Печень					0,7	
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукты свежие			250	250	29	

Продукты принял повар _____

Огур - 15%
Пом - 15%
Овх. Лук - 25%
Лук - 16%
Морк - 25%
Кар - 25%

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор _____ М.Г. Гасанов

Меню

раскладка на «5» ноября 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 I	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	Суп молоч. 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 I	С	А	Е	са	р	Mg	Fe			
	Суп горох Макаронки Грибы Рис 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 Пшенич. Булочки сок																

Медицинская сестра  Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 5 " ноября 2025г.

178

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	32	
2	Булочки			1	1	178	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис	30			30	5	
6	Пшенич. крупа			80	80	14	
7	Горох		45				
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		80		80	14	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	7	
16	Сахар		20		20	3	
17	Мясо						
18	Куры		200		200	36	
19	Колбаса						
20	Сыр	20			20	3	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	125			125	22	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай						
26	Сухофрукты		25		25	4	
27	Кисель						
28	Картофель		80		80	14	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	5	
31	Морковь		15/15		30	5	
32	Огурцы		50		50	9	
33	Помидоры		50		50	9	
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		250	250	44	

Продукты принял повар _____

огурцы - 15.
пом - 15.
отход: курица 28/
карт - 25/
лук - 16/
мор - 25.

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор _____ М.Г. Гасанов

Меню

раскладка на «6» ноябрь 2025 г.

5-8к.

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			
	чай сладк																
	хлеб + масло																
	молоко вар																

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 гороховый																
	картофель																
	картофель																
	картофель																
	хлеб + масло																

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																
	машина																
	пряники																
	сок ябл.																

Медицинская сестра _____ Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 6 " ноября 2025г.

134

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						
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	1	
9	Гречка						
10	Макароны						
11	Манка			80	80	12	
12	Чечевица		50		50	7	
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	8	
16	Сахар	25	25	15	65	9	
17	Мясо		250		250	33	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	3	
26	Сухофрукты		30		30	4	
27	Кисель						
28	Картофель		90		90	12	
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	20			20	3	
40	Пряники			60	60	8	
41	Яйца	1			1	134	
42	Фрукт свеж			250	250	33	

Продукты принял повар _____

отх. мясо - 35%
карт - 25%
лук - 16%
морк - 25%

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор _____ М.Г. Гасанов

Меню

раскладка на « 6 » ноябрь 2025 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			
	Чай слад.																
	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 гороховый																
	Гречка																
	Суп мяс.																
	Компот																
	Хлеб + масло																

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																
	Пряники																
	сок																

Медицинская сестра _____ Магомедова Р.Г.

от " 6 " ноября 2025г.

199

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	34	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа						
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	2	
9	Гречка		80		80	15	
10	Макароны						
11	Манка			80	80	15	
12	Чечевица		45		45	8	
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.	10	10/10	10	40	8	
16	Сахар	20	20	10	50	9	
17	Мясо		200		200	38	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	4	
26	Сухофрукты		25		25	3	
27	Кисель						
28	Картофель		80		80	15	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	6	
31	Морковь		15/15		30	6	
32	Огурцы						
33	Помидоры						
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты		20		20	4	
40	Пряники			60	60	11	
41	Яйца	1			1	198	
42	Фрукт. свекла			250	250	48	

Продукты принял повар _____

отходы: карто - 25%
мясо - 35%
мук - 16%
морк - 25%

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор _____ М.Г. Гасанов

Меню

раскладка на «7» ноябрь 2025 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 +																
	Йогурт 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 фасол.																
	Плов																
	С куриц.																
	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																
	Пшенич.																
	Баран. - сок																

Медицинская сестра _____ Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 7 " ноября 2025г.

116

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	21	
2	Булочки			60	60	7	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа			90	90	10	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	2	
9	Гречка						
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		50		50	6	
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.		15/15	15	45	5	
16	Сахар	25	25		50	6	
17	Мясо						
18	Куры		250		250	29	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	125			125	14	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	1	
25	Чай						
26	Сухофрукты		30		30	3	
27	Кисель						
28	Картофель		90		90	10	
29	Калуста						
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					25	
36	Соль					25	
37	Зелень					27	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1				116	
42	Фрукт. свеж. мяк			250	250	29	

Продукты принял повар _____

ст.хоз. Лук - 14 г.
морк - 25 г.
карп - 25 г.
капун - 25 г.
пом - 15 г.
огур - 15 г.

ОЧУ «Основная школа «Квант»

Утверждаю:

Директор _____ М.Г. Гасанов

Меню

раскладка на « 7 » ноября 2025 г.

1-4кл.

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			
	Какао																
	Хлеб +																
	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	Са	р	Mg	Fe			
	Суп фреол.																
	Голов с																
	Курице.																
	Кальцай																
	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			
	Каши																
	Пшени.																
	Баран. сок																

Медицинская сестра _____ Магомедова Р.Г.

Меню-требование
от " 7 " ноября 2025г.

199

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	36	
2	Булочки						
3	Баранки			60	60	12	
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич. крупа			80	80	16	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	2	
9	Гречка						
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		45		45	9	
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.		10/10	10	30	6	
16	Сахар	20	20		40	8	
17	Мясо						
18	Куры		200		200	40	
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	100			100	20	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	2	
25	Чай						
26	Сухофрукты		25		25	5	
27	Кисель						
28	Картофель		80		80	16	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	6	
31	Морковь		15/15		30	6	
32	Огурцы		50		50	10	
33	Помидоры		50		50	10	
34	Чеснок						
35	Томат						
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,5	
38	Печенье					0,7	
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	199	
42	Фрукт свеж			250	250	50	

Продукты принял повар _____

сахар: 0,5
карт- 15%
карт- 25%
мор- 16%
мор- 25%
карт- 25%
мор- 15%