

# ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор

М.Г. Гасанов

## Меню

раскладка на «18» января 2026 г.

1-4 кн

### Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	<u>Салат,</u>													
	<u>хлеб</u>													
	<u>яйца</u> <u>бекон</u>													

### Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	<u>Сыр горох</u>													
	<u>Сыр горох</u> <u>чурчи</u>													
	<u>чурчи</u> <u>горох</u>													
	<u>хлеб + салат</u>													

### Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	<u>Каша</u>													
	<u>пшеница</u>													
	<u>баранка + сок</u>													

Медицинская сестра Р.Г. Магомедова Р.Г.

## Меню-требование

от " 18 " Евгари 2026г.

188

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	34	
2	Булочки						
3	Баранки			60	60	11	
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич.крупа			80	80	15	
7	Горох		45		45	8	
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		60		60	11	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.		10/10	10	30	6	
16	Сахар	20	20		40	7	
17	Мясо		200		200	38	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн	100			100	19	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	3	
25	Чай						
26	Сухофрукты		25		25	5	
27	Кисель						
28	Картофель		80		80	15	
29	Капуста						
30	Лук		15/15		30	6	
31	Морковь		15/15		30	6	
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	1			1	188	
42	Фрукты свежие	1		250	250	97	мкш-359.

Продукты принял повар

отходы: карт-25%,  
мук-16%,  
сахр-25%,  
пом-15%,  
очи-15%.

# ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:  
Директор  
М.Г. Гасанов

## Меню

раскладка на «19» январь 2026 г.

### Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	Соки													
	хлебъ дію													
	варени.													

### Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	Суп горох баклажан													
	грибы свиної													
	Хлебъ салої													

### Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	Каша грибна.													
	Берангаш сок													

Медицинская сестра Р.Г. Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 18 " сентябрь 2026г.

119

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		220	26	
2	Булочки			60	60	2	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич.крупа			90	40	11	
7	Горох		50		50	6	
8	Вермишель						
9	Гречка						
10	Макароны		70		70	8	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.		15/15	15	45	5	
16	Сахар	25	25		50	6	
17	Мясо		250		250	30	
18	Куры						
19	Колбаса						
20	Сыр						
21	Сметана						
22	Молоко цельн.	125			125	15	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай						
26	Сухофрукты		30		30	3	
27	Кисель						
28	Картофель		90		90	11	
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					0,2	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	119	
42	Фрукт.свеж				250	30	цена-35%

Продукты принял повар

отходы: карт-95%  
пир-16%  
морк-98%  
пеки-15%  
огур-15%

# ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор

Утверждаю:

М.Г. Гасанов

## Меню

раскладка на «20» январь 2026 г.

1-ЧС1

### Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	p	Mg	Fe
	Чай слад.													
	Хлеб + сок	.												

### Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	p	Mg	Fe
	Борщ с 10													
	чечевица													
	гутам.													
	Компот													
	хлеб													

### Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	p	Mg	Fe
	Каша													
	шалимов													
	Булот + сок													

Медицинская сестра Р.Г. Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 20 " декабрь 2026г.

208

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	37	
2	Булочки			1	1	208	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич.крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка		80		80	17	
10	Макароны						
11	Манка			80	80	17	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.		10/10	10	30	6	
16	Сахар	20	20	10	50	10	
17	Мясо						
18	Куры		200		200	42	
19	Колбаса						
20	Сыр	20			20	4	
21	Сметана						
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	4	
26	Сухофрукты		25		25	5	
27	Кисель						
28	Картофель		80		80	17	
29	Капуста		50		50	10	
30	Лук		15/15		30	6	
31	Морковь		15/15		30	6	
32	Огурцы						
33	Помидоры		30		30	10	
34	Чеснок						
35	Томат						
36	Соль						
37	Зелень						
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукт.свеж			Кг	52	Свежн-25	

Продукты принял повар

отходы: пурп-25  
лук-16г.  
репуна-25г  
карп-25г  
лайм-25г

# ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор

М.Г. Гасанов

## Меню

раскладка на «20» декабрь 2026 г.

5-я рса

### Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Чай с сахаром													
	Хлеб + сыр													

### Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Борщ с 10													
	Гречка с чечевицей													
	Гулак													
	Кошерный хлеб													

### Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Каша манник													
	Булочки + сир													

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

## Меню-требование

от " 20 " январь 2026г.

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	122	
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич.крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка		50		80	11	
10	Макароны						
11	Манка			30	80	11	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.		15/15	15	45	6	
16	Сахар	25	95	15	65	8	
17	Мясо						
18	Куры		250		250	32	
19	Колбаса						
20	Сыр	25			25	3	
21	Сметана						
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	2	
26	Сухофрукты		30		30	4	
27	Кисель						
28	Картофель		80		80	11	
29	Капуста		50		50	6	
30	Лук		20/20		40	5	
31	Морковь		20/20		40	5	
32	Огурцы						
33	Помидоры		30		30	6	
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			250	250	32	кар-25%

Продукты принял повар

 отклик:   
 капуст-25%  
 курица-25%  
 супы-25%  
 сыр-25%  
 мяк-16%  
 сливки-25%

# ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор

М.Г. Гасанов

## Меню

раскладка на «21.» январь 2026 г.

1-ЧК1

### Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	Суп пюре													
	Рисовый суп													
	Рис с курицей													

### Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	Суп зерн.													
	Борщ суп.													
	Кофе													
	Кофе с кефиром													
	Салат													

### Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	Каша													
	Пшеничный													
	Продукт + сок													

Медицинская сестра Р.Г. Магомедова Р.Г.

## Меню-требование

от " 21 " января 2026г.

177

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	80	100		180	32	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич.крупа			80	80	14	
7	Горох						
8	Вермишель		40		10	2	
9	Гречка						
10	Макароны		60		60	11	
11	Манка						
12	Чечевица		45		45	8	
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						
19	Колбаса		70		70	12	
20	Сыр	20			20	3	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	195			195	22	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	4	
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			60	60	11	
41	Яйца						
42	Фрукт.свеж			250	250	44	

Продукты принял повар

отходы: карт-25%  
пур-96%  
мор-95%  
пом-15%  
шрп-15%

# ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор

Утверждаю:

М.Г. Гасанов

## Меню

раскладка на «21» январь 2026 г.

5-8КН

### Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	p	Mg	Fe
	<u>Суп чечевица</u>													
	<u>бигеноут</u>													
	<u>суп + хлеб</u>													

### Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	p	Mg	Fe
	<u>Суп чечевица</u>													
	<u>бигеноут</u>													
	<u>салат</u>													
	<u>суп + хлеб</u>													

### Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	p	Mg	Fe
	<u>Каша</u>													
	<u>пшено</u>													
	<u>пудинг + сок</u>													

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

## Меню-требование

от " 21 " января 2026г.

125.

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	130		230	27	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич.крупа			90	9	1	
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	1	
9	Гречка						
10	Макароны		20		20	9	
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	8	
15	Масло сливоч.	15	15/15	15	60	8	
16	Сахар		25		25	3	
17	Мясо						
18	Куры						
19	Колбаса		90		90	11	
20	Сыр	25			95	3	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	150			150	19	
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай						
26	Сухофрукты		30		30	4	
27	Кисель						
28	Картофель		90		90	11	
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					95	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					92	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники			60	60	7	
41	Яйца						
42	Фрукт свеж			150	150	31	

Продукты принял повар

бухт: ябл - 25  
 ябл - 16  
 море - 25  
 поги - 15  
 огурч - 1

# ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор

Утверждаю:

М.Г. Гасанов

## Меню

раскладка на «22» январь 2026 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		B 1	C	A	E	са	p	Mg	Fe
	<u>чай с мол.</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		B 1	C	A	E	са	p	Mg	Fe
	<u>Соус кур.</u>													
	<u>каши</u>													
	<u>перевод</u>													
	<u>чай</u>													
	<u>чай + салат</u>													

### Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	p	Mg	Fe
	<u>каши</u>													
	<u>каши с</u>													
	<u>шаньхуань</u>													

Медицинская сестра Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 12 " сентябрь 2026г.

210.

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						
6	Пшенич.крупа						
7	Горох						
9	Гречка		80		80	17	
10	Макароны						
11	Манка			80	80	17	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	3	
15	Масло сливоч.		10/10	10	30	6	
16	Сахар	20	20	10	50	10	
17	Мясо						
18	Куры		200		200	42	
19	Колбаса	40					
20	Сыр гауда	20			20	4	
21	Сметана	10			10	2	
22	Молоко цельн						
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,1			0,2	4	
26	Сухофрукты		25		25	5	
27	Кисель						
28	Картофель		120		120	25	
29	Капуста		100		100	21	
30	Лук		15/15		30	6	
31	Морковь		15/35		50	10	
32	Огурцы						
33	Помидоры	10			10	2	
34	Чеснок						
35	Томат				0,5		
36	Соль				0,5		
37	Зелень				0,2		
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца						
42	Фрукты свеж			100	100	21	

Продукты принял повар

отходы: курица - 95г  
лук - 16г  
морк - 95г  
картофель - 95г  
зелень - 95г

# ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор

М.Г. Гасанов

## Меню

раскладка на «22» январь 2026 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		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	<u>Чай с ягод</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		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	<u>Соузы супчи</u>													
	<u>капуста</u>													
	<u>перловка</u>													
	<u>капуста</u>													
	<u>хлеб + салат</u>													

### Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	<u>Капуста</u>													
	<u>шампиньон</u>													
	<u>маньчур</u>													

Медицинская сестра Р.Г. Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 22 " Ельчано 2026г.

133

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		120	29	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука						
5	Рис						
6	Пшенич.крупа						
7	Горох						
8	Вермишель						
9	Гречка		90		80	12	
10	Макароны						
11	Манка			90	90	12	
12	Чечевица						
13	Фасоль						
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.		15/15	15	45	6	
16	Сахар	25	25	15	65	9	
17	Мясо						
18	Куры		250		250	33	
19	Колбаса						
20	Сыр гауда	20			20	3	
21	Сметана	10			10	1	
22	Молоко цельн	.					
23	Кефир						
24	Какао						
25	Чай	0,2			0,2	3	
26	Сухофрукты		30		30	4	
27	Кисель						
28	Картофель		150		150	20	
29	Капуста		100		100	13	
30	Лук		20/20		40	5	
31	Морковь		20/35		55	7	
32	Огурцы						
33	Помидоры	10			10	1	
34	Чеснок						
35	Томат					0,5	
36	Соль					0,5	
37	Зелень					0,7	
38	Печенье						
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	60			60	12	
42	Фрукт свеж			100	100	13	

Продукты принял повар

отходы: курп - 982  
харп - 952  
кур - 161  
морп - 252  
голп - 282

# ОЧУ «Основная школа «Квант»

Директор

Утверждаю:

М.Г. Гасанов

## Меню

раскладка на «23» декабрь 2026 г.

1-4 кл.

### Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	ржаные													
	хлеб +													
	хлеб + бар													

### Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	Суп фасоли													
	грибы с													
	курица													
	хлеб													
	хлеб + бар													

### Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	печеньки													
	суп с овощами													
	сладкий													

Медицинская сестра Г Магомедова Р.Г.

Меню-требование  
от " 23 " Евгари 2026г.

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						
4	Мука			60	60	12	
5	Рис		80		80	16	
6	Пшенич.крупа						
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	2	
9	Гречка						
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		45		45	9	
14	Масло растит.		15	18	30	6	
15	Масло сливоч.		10/10		20	4	
16	Сахар	20	20	20	60	12	
17	Мясо						
18	Куры		200		200	40	
19	Колбаса						
20	Сыр			20	20	4	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	100			100	20	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	2	
25	Чай			0,2	0,2	4	
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						
33	Помидоры						
34	Чеснок						
35	Томат						
36	Соль						
37	Зелень						
38	Печенье		60		60	12	
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	199	
42	Фрукт.свеж						

Продукты принял повар

отходы  
Кури-252  
Лук-187  
Морк-257  
Карт-987

# ОЧУ «Основная школа «Квант»



Утверждаю:

Директор

М.Г. Гасанов

## Меню

раскладка на «23» января 2026 г.

5-8кл

### Завтрак

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	<u>кало</u>													
	<u>хлеб +</u>													
	<u>яйко вар.</u>													

### Обед

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	<u>суп фасоли</u>													
	<u>чечевица</u>													
	<u>куриный</u>													
	<u>салат</u>													
	<u>хлеб с маслом</u>													

### Полдник

№	Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мл)				Мин. Вещества (мл)			
			Б	Ж	У		B 1	C	A	E	са	р	Mg	Fe
	<u>чечевица</u>													
	<u>суп + яйцо</u>													
	<u>сладкий</u>													

Медицинская сестра Г Магомедова Р.Г.



Меню-требование  
от " 23 " Енварь 2026г.

122

Продукты сдал завхоз

№	Наименование	Завтрак	Обед	Полдник	Норма на 1 чел.	Всего	На выдачу
1	Хлеб	100	120		120	22	
2	Булочки						
3	Баранки						
4	Мука			60	60	7	
5	Рис		90		90	11	
6	Пшенич.крупа						
7	Горох						
8	Вермишель		10		10	1	
9	Гречка						
10	Макароны						
11	Манка						
12	Чечевица						
13	Фасоль		50		50	6	
14	Масло растит.		15		15	2	
15	Масло сливоч.		15/15		30	4	
16	Сахар	25	25	25	25	9	
17	Мясо						
18	Куры		250		250	30	
19	Колбаса						
20	Сыр			25	25	3	
21	Сметана						
22	Молоко цельн	125			125	15	
23	Кефир						
24	Какао	1,2			1,2	2	
25	Чай			0,2	0,2	2	
26	Сухофрукты		30		30	4	
27	Кисель						
28	Картофель		80		80	11	
29	Капуста						
30	Лук		20/20		40	3	
31	Морковь		20/20		40	5	
32	Огурцы						
33	Помидоры						
34	Чеснок						
35	Томат						
36	Соль						
37	Зелень						
38	Печенье		60		60	7	
39	Конфеты						
40	Пряники						
41	Яйца	1			1	122	
42	Фрукт.свеж						

Продукты принял повар

отдел: кант-2  
кухня-2  
МР-16  
МР-28