01.09.2024г

Утверждаю

И.о.директора МКОУ СОШ с.п.Нижний Черек

_____ Шекихачев А.Х.

МЕНЮ

на 12 дней для организации питания детей

в возрастных группах с 7 -11 лет (ОВЗ)

(ОБЕД)

МКОУ СОШ с.п. Нижний Черек

Урванский муниципальный район КБР

12 - дневное меню для организации питания детей в возрастных группах 7 - 11 лет 01.09.2024г.

(ОВЗ)

(45р)

ОБЕД		
1 день (понедельник)		
№102 Суп картофельный с бобовыми (горох) - (200г)	**№322 Котлеты куриные (90/50г)**	**№45Салат из белокочанной капустый с морковью - (60г)**
горох -17г	филе куриное-70г	
картофель - 46г	хлеб-17г	морковь-10г
морковь -10г	морковь-7г	капуста -63г
лук - 8г	раст.масло-0,5г	раст.масло-2г.
зелень -0,5г	яйцо-3г	
раст.масло-3г	сухари паниров.-8г	
сметана - 5г	вода - 20г	**№376 Чай с сахаром - (200г)**
вода - 160г		чай -0,5г
	соус (50г) -мука-3г,масло раст.-1,5г,	сахар-15г
	томат-2г,лук-3г, вода - 50г	
	№312 Пюре картофельное - (150г)	
	картофель-170г	
Хлеб пшеничный -20г	молоко-30г	
Хлеб ржаной - 30г	масло слив.- 2г	
		соль пищевая поваренная йодированная за весь день - 3г.

2 день (вторник)		
№96 Рассольник ленинградский-(200г)	**№279 Тефтели мясные - (90/50г)**	**№ 52 Салат из свеклы отварной с маслом - (60г)**
крупа перловая-10г	мясо -60г	свекла - 73г
картофель-40г	лук - 8г	масло раст.- 2г
морковь-10г.	рис-8г	
лук-7г	вода -16г	
соленые огурцы -15г	морковь -8г	
раст.масло -3г	яйцо - 3г	**№376 Чай с сахаром - (200г)**
зелень-0,5г		чай -0,5г
сметана-5г	**соус (50г)** -мука-3г,масло раст.-1,5г,	сахар-15г
вода-150г	томат-2г,лук-3г, вода - 50г	
	№309Макароны отварные - (150г)	
	вермишель -52г	
Хлеб пшеничный -20г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.
3 день (среда)		

№82 Борщ с капустой и картофелем (200г)	**№245 Бефстроганов из говядины- (90г)**	**№342 Компот из свежих яблок - (200г)**
капуста- 25г	мясо говяжье (б/к)-75г	яблоки свежие - 20г
картофель-30г	морковь -3г	сахар - 15г
морковь -10г	сметана -10г	
лук - 8г	мука - 3г	
свекла -30г	раст.масло-2г	
зелень-0,5г	лук-7г	
томат - 4г	томат-2г	
масло раст.-3г	вода - 50г	**№42 Салат из моркови с маслом**
сметана - 5г		**(60г)**
вода - 160г		морковь -73г
		масло раст. - 2г
	№303 Каша пшенная вязкая - (150г)	
	крупа пшенная -40г	
Хлеб пшеничный -20г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.
4 день (четверг)		

№111 Суп с макаронными изделиями (200г)	**№272 Котлеты рыбные любительские с соусом (90/50г)**	**№45Салат из белокочанной капусты с маслом - (60г)**
вермишель - 17г	рыба (минтай)-75г	капуста -63г
морковь - 10г	морковь-12г	морковь-10г
раст.масло -3г	хлеб-17г	раст.масло-2г.
зелень – 0,5г	лук-8г	
лук -7г	яйцо-3г	
томат -3г	раст.масло-0,5г	
сметана -5г.	сухари -8г	**№376 Чай с сахаром - (200г)**
вода - 190г	вода -10г	чай - 0,5г
		сахар - 15г
	соус (50г) -мука-3г,масло раст.-1,5г,	
	томат-2г,лук-3г,вода - 50г	
	№302Каша гречневая рассыпчатая- (150г)	
	крупа гречневая - 71г	
Хлеб пшеничный -20г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная йодированная за весь день - 3г.

5 день (пятница)		
№102 Суп картофельный с бобовыми (фасоль)- (200г)	**№244Плов из отварной говядины- (150г)**	**№ 52 Салат из свеклы отварной с маслом - (60г)**
фасоль -15г	мясо говяжье б/к - 70г	свекла - 73г
картофель - 46г	крупа рисовая -35г	раст.масло -2г
морковь - 10г	морковь-10г	
раст.масло -3г	лук-7г	
зелень-0,5г	раст.масло - 5г	
лук -7г	вода - 80г	**№376 Чай с сахаром - (200г)**
томат -3г		чай - 0,5г
сметана - 5г		сахар - 15г
вода - 160г		
Хлеб пшеничный -20г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

6 день (суббота)		
№96 Рассольник ленинградский со сметаной-(200г)	**№290 Птица тушоная в сметанном соусе (100г)**	**№42 Салат из моркови с маслом - (60г)**
крупа перловая-10г	Филе куринное- 75г	морковь -73г
картофель-40г	сметана-10г	масло раст.-2г
морковь-10г.	мука-3г	
лук-7г	сл.масло-1,5г	
соленые огурцы -15г	лук-5г	
раст.масло -3г,	томат-2г	
зелень-0,5г	вода - 50г	**№376 Чай с сахаром - (200г)**
сметана-5г		чай - 0,5г
вода-150г		сахар - 15г
	№303 Каша пшенная вязкая - (150г)	
	крупа пшенная -40г	
Хлеб ржаной - 20г		
Хлеб пшеничный -30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.
7 день (понедельник)		

№103 Суп картофельный с вермишелью (200г)	**№279 Тефтели мясные с соусом - (90/50г)**	**№45Салат из белокочанной капусты(60г)**
	мясо -60г	морковь-10г
картофель -46г	лук - 8г	капуста -63г
вермишель - 10г	рис-8г	раст.масло-2г.
морковь - 10г	яйцо -3г	
раст.масло -3г	морковь -8г	
зелень - 0,5г	вода -16г	
лук -7г	**соус (50г**)-мука-3г,масло раст.-1,5г,	**№376 Чай с сахаром - (200г)**
томат -3г	томат-2г,лук-3г, вода - 50г	чай - 0,5г
сметана -5г.		сахар - 15г
вода -150г		
	№302 Каша гречневая рассыпчатая	
	(150г)	
Хлеб пшеничный -20г	крупа гречневая - 71г	
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.
8 день (вторник)		

№101Суп картофельный с крупой - (200г)	№268 Котлеты рубленные из говядины с соусом - (90 /50г)	№ 52 Салат из свеклы отварной с маслом - (60г)
картофель-100г	мясо говяжье (б/к)-70г	свекла - 73г
морковь-10г.	сухари - 8г	раст.масло -2г
лук-7г	хлеб-17г	
раст.масло -3г	лук -8г	
пшено -7г	раст.масло-0,5г.	
зелень-0,5г	яйцо-3г	**№376 Чай с сахаром - (200г)**
томат - 2г	вода - 19г.	чай - 0,5г
сметана -5г		сахар - 15г
вода - 150г	**соус (50г)** -мука-3г,масло раст.-1,5г,	
	томат-2г,лук-3г, вода - 50г	
	№309 Макароны отварные - (150г)	
	вермишель - 52г	
Хлеб пшеничный -20г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

9 день (среда)

№82 Борщ с капустой и картофелем (200г)	№292 Птица тушеная в соусе с овощами (200г)	№42 Салат из моркови с маслом - (60г)
капуста- 25г	филе куринное - 70г	морковь -73г
картофель-30г	картофель - 135г	масло раст.-2г
морковь -10г	томат паста - 3г	
лук - 8г	раст.масло -3г	
свекла -30г	морковь - 10г	
зелень-0,5г	лук -7г	
томат - 4г	мука -2г	
масло раст.-3г	вода - 60г	
сметана - 5г		
вода -160г		**№342 Компот из яблок - (200г)**
		яблоки свежие - 20г
		сахар - 15г
Хлеб ржаной - 20г		
Хлеб пшеничный -30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

10 день (четверг)

№102 Суп картофельный с бобовыми (горох) - (200г)	**№272 Котлеты рыбные любительские с соусом - (90/50г)**	**№45Салат из белокочанной капусты(60г)**
горох -17г	рыба (минтай)-75г	морковь-10г
картофель - 46г	морковь-12г	капуста -63г
морковь -10г	хлеб-17г	раст.масло-2г.
лук -8г	лук-8г	
зелень -0,5г	яйцо-3г	
раст.масло-3г	раст.масло-0,5г	
сметана - 5г	сухари -8г	**№376 Чай с сахаром - (200г)**
вода - 160г		чай - 0,5г
	вода -10г	сахар - 15г
	соус (50г) -мука-3г,масло раст.-1,5г,	
	томат-2г,лук-3г, вода - 50г	
Хлеб ржаной - 20г		
Хлеб пшеничный -30г		
	№312 Пюре картофельное - (150г)	
	картофель-170г	
	молоко-30г	
	масло слив.- 2г	
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

11 день (пятница)		
№96 Рассольник ленинградский со сметаной - (200г)	**№322 Котлеты куриные с соусом - (90/50г)**	**№ 52 Салат из свеклы отварной - (60г)**
крупа перловая-10г	филе куриное-70г	свекла - 73г
картофель-40г	хлеб-17г	раст.масло -2г
морковь-10г	морковь-7г	
лук-7г	раст.масло-0,5г	
срленые огурцы -15г	яйцо-3г,вода -20г,	
раст.масло -3г	сухари паниров.-8г	
зелень-0,5г		**№376 Чай с сахаром - (200г)**
сметана-5г	**соус (50г)** -мука-3г,масло раст.-1,5г,	чай - 0,5г
вода - 150г	томат-2г,лук-3г, вода - 50г	сахар - 15г
	№302 Каша рисовая рассыпч. - (150г)	
	крупа рисовая - 53г	
Хлеб пшеничный -20г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.
12 день (суббота)		

№102 Суп картофельный с бобовыми (фасоль) - (200г)	№246 Гуляш из отварной говядины (90г)	№ 42 Салат из моркови -(60г)
фасоль –15г	мясо говяжье (б/к) -75г	морковь-73г
картофель - 46г	морковь-5г	масло раст.-2г
морковь - 10г	раст.масло-3г	
раст.масло -3г	лук -5г	
зелень-0,5г	мука -2,5г	
лук -7г	томат - 4г	**№376 Чай с сахаром - (200г)**
томат -3г	вода - 50г	чай - 0,5г
сметана - 5г		сахар - 15г
вода - 160г	**№309 Макароны отварные - (150г)**	
	вермишель - 52г	
Хлеб пшеничный -20г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная йодированная за весь день - 3г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580814

Владелец Шекихачев Аслан Хачимович

Действителен С 24.02.2024 по 23.02.2025