

1.09.2022 г.

Директор: Кушиев М.М.
подпись с шифровкой подпи



Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Унчукатлинская СОШ"

1 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ рецепт уры	Наименование блюдо	Мас са, г	Пищевые вещества			Энер гетич еская ценн ость,	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В ₁	А	С	Са	Р	Mg	Fe
14/201 0	Помидоры свежие	60	0,7	0,1	2,3	14,4	0,0	0,0	15,0	8,4	15,6	12,0	0,54
170/20 05	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,8	4,9	125,3	102,5	0,1	0,0	10,3	44,4	53,2	26,3	1,19
304/20 10	Плов из говядины	80/13 0	20,3	17,0	35,7	377,0	0,1	48,0	1,0	45,1	199,3	47,5	2,19
868/20 05	Какао со сгущенкой	200	0,1	0,5	24,8	94,2	0,0	0,0	1,1	6,4	3,6	0,0	0,18
1035/2 005	Хлеб	40	3,8	0,5	23,7	114,2	0,1	0,0	10,0	12,0	28,0	8,0	0,50
	ИТОГО:		26,7	23,0	212	702,3							

УТВЕРЖДАЮ:

1.09.2022г.

Директор:

Кушнев М.М.

подпись

расшифровка подписи

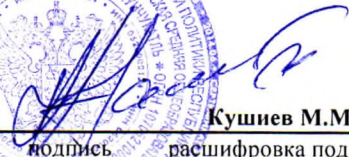
Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Уникальская СОШ"

2 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ рецепту ры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
33/2010	Салат из свеклы	60	0.86	3.65	5.02	56.34	0.01	0.00	5.70	21.09	24.58	12.54	0.80
206/2005	Суп картофельный с горохом	250	5.49	5.28	16.33	134.75	0.23	0.00	5.81	38.08	87.18	35.30	2.03
608/2005	Котлеты из говядины	50	7.78	5.68	7.85	114.38	0.05	14.38	0.08	21.88	83.19	16.06	0.75
679/2005	Каша гречневая рассыпчатая	150	7.46	5.61	35.84	230.45	0.18	0.02	0.00	12.98	208.5	67.50	3.95
868/2005	Компот из смеси сухофруктов	200	0.04	0.00	24.76	94.20	0.01	0.00	1.08	6.40	3.60	0.00	0.18
1035/2005	Хлеб	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.07	0.00	10.00	12.00	28.00	8.00	0.50
	Банан	100	1.50	0.50	21.00	89.00	2.70	2.20	11.00	0.80	0.60	11.00	0.10
	ИТОГО:		26,97	21,19	134,5	833,29							

1.09.2022г

УТВЕРЖДАЮ:

Директор:  Кушиев М.М.

подпись расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Унчукатлинская СОШ"

3 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ рецепту ры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества			Энерге тическ ая ценнос	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В ₁	А	С	Са	Р	Mg	Fe
45/2010	Винегрет овощной	100	1,36	6,18	8,44	94,80	0,06	0,00	10,25	23,20	44,97	20,75	0,85
361/2002	Суп-хинкал с говядиной	250/25/ 50	4,67	5,86	5,90	99,09	0,05	0,01	0,86	8,96	78,64	11,72	2,37
			14,23	1,91	0,28	75,00	0,04		0,28	6,56	116,50	15,13	1,18
692/2005	Картофель отварной, яйцо	150	2,86	4,32	23,01	142,35	0,15	21,00	21,00	14,64	79,73	29,33	1,16
859/2005	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,00	0,02	0,00	0,02	12,00	2,40	0,00	0,80
1035/200 5	Хлеб	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50
	ИТОГО:		27,16	18,94	83,58	635,41							

УТВЕРЖДЕНО

1.09.2022г.

Директор :

Кушнев М.М.

подпись

расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Унчукатлинская СОШ"

4 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ рецепт уры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		Ві	А	С	Са	Р	Mg	Fe
38/2010	Салат из	100	1,08	0,18	8,62	40,40	0,05	0,00	6,25	24,28	44,00	30,75	1,08
208/2005	Суп картофельный с	250	2,69	2,84	17,14	104,75	0,11	0,00	8,25	24,60	66,65	27,00	1,09
637/2005	Птица отварная	80	16,88	10,88	0,00	165,00	0,03	16,00	0,00	31,20	114,40	16,00	1,44
679/2005	Каша рисовая	150	6,60	4,38	35,27	213,71	0,11	0,02	0,00	1,22	162,00	0,03	2,43
	Сок (нектар) фрукто	200,00	1,00	0,03	24,00	94,00							
1035/2005	Хлеб	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50
	ИТОГ		32,09	18,78	108,68	732,03							

УТВЕРЖДАЮ:

1.09.2022г.

Директор :



Кушнев М.М.

подпись

личная подпись

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Уннукатлинская СОШ"

5 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ рецеп туры	Наим енова ние блюد	Масса , г	Пищевые вещества			Энерг етиче ская ценно	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		Вi	А	С	Са	Р	Mg	Fe
14/201 0	Салат из свежи	100	1,13	6,19	4,72	79,10	0,06	0,00	20,42	17,58	32,88	17,79	0,84
204/20 05	Суп рисов ый с	250/15	6,18	3,30	14,65	113,00	0,11	0,00	8,33	24,98	96,93	29,45	1,24
532/20 05	Говяд ина	50	14,23	1,91	0,28	75,00	0,04	0,00	0,28	6,56	116,50	15,13	1,18
688/20 05	Макар оны	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,60	21,00	0,00	4,86	37,17	21,12	1,11
859/20 05	Компо т из	200	0,20	0,20	22,30	110,00	0,02	0,00	0,02	12,00	2,40	0,00	0,80
1035/2	Хлеб	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50
	ИТОГ		31,10	16,59	92,05	659,7							

7.09.2022г.

Директор

Кушиев М.М.

подпись

расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Унчукатлинская СОШ"

6 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ рецептуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
558/2005	Салат из свеклы, моркови и	60	0,84	4,85	3,38	60,91	0,024	0,00	3,35	18,09	24,04	12,59	0,45
2Е+06	Суп картофельный с чечевицей	250	2,10	5,11	16,59	120,75	0,10	0,00	7,54	26,45	71,95	25,90	0,98
591/2005	Гуляш из говядины	80/75	19,72	17,89	4,76	168,20	0,17	0,00	1,28	24,36	194,69	26,01	2,32
694/2005	Пюре из картофеля	150	3,06	4,80	20,45	137,25	0,14	25,50	18,2	36,98	86,60	27,75	1,01
868/2005	Какао	200	2,00	3,00	24,76	94,20	0,01	0,00	1,1	6,40	3,60	0,00	0,18
1035/2005	Хлеб	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,0	12,00	28,00	8,00	0,50
	ИТОГО:		31,56	36,12	93,59	695,5							

1.09.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор: Кушиев М.М.

подпись расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Унчукатлинская СОШ"

7 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ рецеп- туры	Наименование блюда	Масс а, г	Пищевые вещества			Энерг етиче ская ценно	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		Вi	А	С	Са	Р	Mg	Fe
45/20 10	Винегрет овощной, яйцо	100	1,36	6,18	8,44	94,80	0,06	0,00	10,25	23,20	44,97	20,75	0,85
208/2 005	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75	0,11	0,00	8,25	24,60	66,65	27,00	1,09
301/2 005	Птица тушенная	80	17,65	14,58	4,70	221,00	0,05	43,00	0,02	54,50	132,9	20,30	1,62
679/2 005	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	0,18	0,02	0,00	12,98	208,5	67,50	3,95
	Сок (нектар) фруктовый пром. произ-ва	200	1,00	0,03	24,00	94,00							
1035/ 2005	Хлеб	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50
	Итого:		34,00	29,7	113,8	859,17							

УТВЕРЖДАЮ:

1.09.2022г.

Директор:



Кушиев М.М.

разработчик подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Унчукатлинская СОШ"

8 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ реце птур ы	Наименование блюد	Мас са, г	Пищевые вещества			Энерге тическ ая ценнос	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		Ві	А	С	Са	Р	Mg	Fe
43/20 04	Салат из свежей капусты, яйцо	60	0,85	3,05	5,41	52,44	0,02	0,00	19,47	22,42	16,57	9,10	0,31
206/2 005	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33	134,8	0,23	0,00	5,81	38,08	87,18	35,30	2,03
304/2 010	Плов из птицы	100/1 60	25,38	21,25	44,61	471,3	0,08	60,00	1,26	56,38	249,1	59,38	2,74
859/2 005	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,0	0,02	0,00	0,02	12,00	2,40	0,00	0,80
1035/ 2005	Хлеб	40	3,84	0,47	23,65	114,2	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50
	Пряник пром. произв.	50	2,20	1,45	38,55	166,5							
	ИТОГО:		38,0	31,7	150,9	1049,1							

УТВЕРЖДАЮ:

1.09.2022г.

Директор :

Кушнев М.М.



Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Унчукатлинская СОШ"

9 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ рецепт уры	Наименование блюда	Масс а, г	Пищевые вещества			Энерг етиче ская ценно	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		Вi	А	С	Са	Р	Mg	Fe
558/200 5	Салат из свеклы, моркови и зелен. горошка	60	0,84	4,85	3,38	60,91	0,024	0,00	3,35	18,09	24	12,59	0,45
204/20 05	Суп рисовый с говядиной (харчо)	250/1 5	6,18	3,30	14,65	113,00	0,11	0,00	8,33	24,98	96,93	29,45	1,24
532/20 05	Говядина отварная	50	14,23	1,91	0,28	75,00	0,04	0,00	0,28	6,56	116,5	15,13	1,18
688/20 05	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,60	21,00	0,00	4,86	37,17	21,12	1,11
868/20 05	Компоп из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	0,00	1,08	6,40	3,60	0,00	0,18
1035/2	Хлеб	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50
	ИТОГО:		30,65	15,05	93,17	625,7							

УТВЕРЖДАЮ:

7.09.2022

Директор:

Кушиев М.М.

Инициалы Фамилия Имя Отчество

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Унчукатлинская СОШ"

10 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ реце птур ы	Наименование блюда	Масс а, г	Пищевые вещества			Энер гети ческ ая	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
51/20 05	Салат из свеклы с изюмом	60	1,08	3,00	15,00	91,3	0,03	0,84	4,51	29,6	0,28	16,5	1,12
170/2 005	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,81	4,91	125,3	102,5	0,05	0,00	10,29	44,38	53,23	26,25	1,19
608/2 005	Котлеты из говядины	50	7,78	5,68	7,9	114,4	0,05	14,38	0,08	21,88	83,19	16,06	0,75
694/2 005	Пюре из картофеля	150	3,06	4,80	20,5	137,3	0,14	25,50	18,17	36,98	86,60	27,75	1,01
	Сок (нектар) фруктовый пром. произ-ва	200	1,00	0,03	24,0	94,0							
1035/ 2005	Хлеб	40	3,84	0,47	23,7	114,2	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50
	Пряник пром. произв.	50	2,20	1,45	38,6	166,5							
	ИТОГО:		20,8	20,3	255	820							

УТВЕРЖДАЮ:

1.09.2022

Директор:

Кушиев М.М.

подпись

расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Унчукатлинская СОШ"

11 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ реце птур ы	Наименование блюд	Мас са, г	Пищевые вещества			Энерг етиче ская ценно	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		Ві	А	С	Са	Р	Mg	Fe
45/2 010	Винегрет овощной	100	1,4	6,2	8,4	94,8	0,1	0,0	10,3	23,2	45,0	20,8	0,9
361/ 2002	Суп-хинкал с птицей	250/	4,7	5,9	5,9	99,1	0,1	0,0	0,9	9,0	78,6	11,7	2,4
		25/5 0	14,2	1,9	0,3	75,0	0,0		0,3	6,6	116,5	15,1	1,2
692/ 2005	Картофель отварной	150	2,9	4,3	23,0	142,4	0,2	21,0	21,0	14,6	79,7	29,3	1,2
859/ 2005	Какао	200	0,2	0,2	22,3	110,0	0,0	0,0	0,0	12,0	2,4	0,0	0,8
1035 /200 5	Хлеб	40	3,8	0,5	23,7	114,2	0,1	0,0	10,0	12,0	28,0	8,0	0,5
	ИТОГО:		27,2	18,9	83,6	635,4							

УТВЕРЖДАЮ:

7.09.2022г.

Директор :



Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Унчукатлинская СОШ"

12 ДЕНЬ

Комплексный обед													
№ реце птур ы	Наименование блюд	Масс а, г	Пищевые вещества			Энерг етиче ская ценно	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		Вi	А	С	Са	Р	Mg	Fe
43/20 04	Салат из свежей капусты	60	0,9	3,1	5,4	52,4	0,0	0,0	19,5	22,4	16,6	9,10	0,31
206/2 005	Суп картофельный с горохом	250	5,5	5,3	16,3	134,8	0,2	0,0	5,8	38,1	87,2	35,30	2,03
304/2 010	Плов из птицы	100/1 60	25,4	21,3	44,6	471,3	0,1	60,0	1,3	56,4	249,1	59,38	2,74
859/2 005	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	22,3	110,0	0,0	0,0	0,0	12,0	2,4	0,00	0,80
1035/ 2005	Хлеб	40	3,8	0,5	23,7	114,2	0,1	0,0	10,0	12,0	28,0	8,00	0,50
	Пряник пром. произв.	50	2,2	1,5	38,6	166,5							
	ИТОГО:		38,0	31,7	151	1049							