Директор МКОУ "СОШ №1" с.п. Малка

Э.Х.Ципинова

МКОУ "СОШ №1" с.п.Малка

		Меню сад на 01.0	9.2024г.					Ch month	
		масса гр.		выход	пищевые вещества		энергетич ценность	цена	
		брутто	нетто	гр.	бж	y	(кал)	руб	Сумма
		1 день							
	Selection of the select	ЗАВТРАК				Teday.			
	Суп молочный с макаронными изделиями			200					
	молоко	70						90	6,3
	масло сливочное	2					Mary and the field	480	0,96
	caxap	. 2						85	0,17
	вермишель	16	- Maria	4134				50	0,8
	Хлеб	35		35				60	2,1
2 3ABTPAK			1944 B						
	Печенье	20		20				150	3
ОБЕД								2	
	Овощи свежие с растительным маслом			60					
	капуста	70						50	3,50
	морковь	10	165	1 7				45	0,45
	соль	1 1 1 2 2 2	1300	72 4.				25	0,03
*	масло растительное	5	Fidee 1 T		-			150	0,75
	лук репчатый	3		11-11				30	0,09
	Суп гороховый			200					
	горох	20						47	0,94
	reamon down	60							0,57

	горох	20		47	0,94
	картофель	60		45	2,70
	лук репчатый	5		30	0,15
	морковь	5		45	0,23
	сметана	5		400	2,00
	масло растительное	2		150	0,30
	соль	2		25	0,05
	Плов с мясом		200		
	индейки		200		
	мясо индейки	80		400	32,00
	лук репчатый	4		30	0,12
	морковь	8		45	0,36
	соль	2		25	0,05
	рис	40		120	4,80
	масло растительное	7		150	1,05
	Компот из яблок		180		
	яблоко	20		100	2,00
	caxap	15		85	1,28
	Хлеб	60	60	60	3,60
полдник					
	Запеканка		130		
	творожная/сырники	100		280	28,00
	творог	3		480	1,44
	масло сливочное	1/5		12	
	яйцо				2,40
	caxap	10		85	0,85
	крупа манная	12		45	0,54
	молоко	20		90	1,80
	сметана	10		400	4,00
	Чай с сахаром		200		
	чай	2		900	1,80
	caxap	15		85	1,28

	Хлеб	35	35	60	2,10
	ИТОГО	776,2			113,97
		2 день			
		ЗАВТР	АК		
	Каша манная с		200		
	маслом	70	200	00	
	молоко	70		90	6,3
	caxap	10		85	0,85
	масло сливочное	4		480	1,92
	крупа манная	25		45	1,125
	соль	1		25	0,025
	Хлеб	35	35	60	2,1
2 ЗАВТРАК					
	Яблоко	100	100	100	10
	•			 	
ОБЕД					
	Тертая морковь с сахаром		60		
	морковь	75		45	3,38
	caxap	2		85	0,17
	масло растительное	5		150	0,75
	Борщ со сметаной		200		
	картофель	50		45	2,25
	свекла	50		35	1,75
	капуста	50		50	2,50
	морковь	12		45	0,54
	лук	5		30	0,15
	томат	5		230	1,15
	масло растительное	2		150	0,30
	сметана	10		400	4,00
_	соль	2		25	0,05
	Котлета мясная		70		

	мясо	80			550	44,00
	лук	8			30	0,24
	хлеб	13			60	0,78
	яйцо	0,1			12	1,20
	молоко	10			90	0,90
	соль	2			25	0,05
	масло растительное	3			150	0,45
	Отварная гречка		130			
	гречка	30			130	3,90
	соль	2			25	0,05
	масло сливочное	3			480	1,44
	Кисель		180			
	кисель	15			220	3,30
	caxap	10			85	0,85
	Хлеб	60	60		60	3,60
но в вынис						
полдник	Какао с молоком		200			
	какао с молоком	3	200		000	2 -0
					900	2.70
				1 1	900	2,70 9.00
	молоко	100			90	9,00
	молоко сахар		27/10/7			
	молоко	100	35/10/5		90	9,00
	молоко сахар Хлеб с сыром и	100	35/10/5		90	9,00
	молоко сахар Хлеб с сыром и маслом	100	35/10/5		90 85	9,00 1,70
	молоко сахар Хлеб с сыром и маслом масло сливочное	100 20 5	35/10/5		90 85 480	9,00 1,70 2,40
	молоко сахар Хлеб с сыром и маслом масло сливочное сыр	100 20 5 10	35/10/5		90 85 480 525	9,00 1,70 2,40 5,25
	молоко сахар Хлеб с сыром и маслом масло сливочное сыр хлеб	5 10 35	35/10/5		90 85 480 525	9,00 1,70 2,40 5,25 2,10
	молоко сахар Хлеб с сыром и маслом масло сливочное сыр хлеб	5 10 35 872,1	35/10/5		90 85 480 525	9,00 1,70 2,40 5,25 2,10
	молоко сахар Хлеб с сыром и маслом масло сливочное сыр хлеб	100 20 5 10 35 872,1 3 день	200		90 85 480 525	9,00 1,70 2,40 5,25 2,10
	молоко сахар Хлеб с сыром и маслом масло сливочное сыр хлеб ИТОГО	100 20 5 10 35 872,1 3 день			90 85 480 525	9,00 1,70 2,40 5,25 2,10

	масло сливочное	2			480	0,96
	соль	2			25	0,05
	Хлеб	35	35		60	2,1
2 ЗАВТРАК				<u> </u>	·	
	Печенье	20	20		150	3
ОБЕД						
	Суп с перловой крупой		200			
	картофель	60			45	2,70
	морковь	5			45	0,23
	лук	5			30	0,15
	перловка	18			40	0,72
	масло растительное	2			150	0,30
	сметана	5			400	2,00
	соль	2			25	0,05
	Тефтели		70			
	мясо гов	80			550	44,00
	рис	10			120	1,20
	соль	2			25	0,05
	лук	10			30	0,30
	яйцо	0,1			12	1,20
	Соус томатный		60			
	томат	3			230	0,69
	мука	6			38	0,23
	масло сливочное	5			480	2,40
	соль	2			25	0,05
	Макароны отварные		130			
	макароны	30			50	1,50
	Масло слив	3			480	1,44
	Соль	2			25	0,05
	Компот из яблок		180			0,00

	1		1 1 1	1 1	1 1	ı
	яблоко	20			10	
	caxap	15			85	
	Хлеб	60	60		60	3,60
ЮЛДНИК						
	Чай с сахаром		200			
	чай	2			90	0 1,80
	caxap	15			85	1,28
	Хлеб	35	35		60	2,10
	Омлет натуральный		100			
	яйцо	1			12	0,01
	молоко	20			90	1,80
	соль	1			25	0,03
	масло растительное	5			15	0 0,75
	ИТОГО	569,1				87,42
		4 день				
		ЗАВТРАК				
	Суп молочный гречневый		200			
	молоко	70			90	
	масло сливочное	2			48	
	соль	2			25	0,05
	крупа гречневая	16			13	
	Хлеб	35	35		60	2,1
ЗАВТРАК						
ЗАВТРАК	Яблоко	100	100		10	0 10
ЗАВТРАК ОБЕД	Яблоко	100	100		10	0 10
	Яблоко Овощи свежие с растительным маслом	100	60		10	0 10

	овсяная крупа	30		63	1,89
	Каша овсяная молочная		200		
полдник					
	Хлеб	60	60	60	3,60
	caxap	15		85	1,28
	чай	2		900	1,80
	Чай с сахаром		180		
	соль	2		25	0,05
	масло сливочное	3		480	1,44
	рис	30		120	3,60
	Рис припущенный		130		
	яйцо	0,1		12	1,20
	хлеб	13		60	0,78
	молоко	12		90	1,08
	масло сливочное	2		480	0,96
	лук	7		30	0,21
-	соль	2		25	0,05
	минтай	90		240	21,60
	Котлета рыбная		70		
	сметана	5		400	2,00
	соль	2		25	0,05
	масло растительное	2		150	0,30
	лук	5		30	0,15
	фасоль	16		270	4,32
	морковь	5		45	0,23
	картофель	70		45	3,15
	Суп фасолевый		200		- ,
	лук репчатый	3		30	0,09
	масло растительное	5		150	0,75
	морковь соль	10		45 25	0,45

	молоко	70		90	6,30
	caxap	20		85	1,70
	масло сливочное	4		480	1,92
	Чай с сахаром		200		
	чай	2		900	1,80
	caxap	15		85	1,28
	Хлеб	35	35	60	2,10
	ИТОГО	783,1			91,13
		5 день			
		ЗАВТРАК			
	Каша молочная "Дружба"		200		
	рис	15		120	1,8
	молоко	70		90	6,3
	пшено	11		70	0,77
	caxap	5		85	0,425
	сливочное масло	4		480	1,92
	Хлеб	35	35	60	2,1
2 ЗАВТРАК					
	Печенье	20	20	150	3
ОБЕД					
	Суп картофельный с макаронными изделиями		200		
	картофель	70		45	3,15
	морковь	5		45	0,23
	вермишель	16		50	0,80
-	лук	5		30	0,15
	масло растительное	2		150	0,30
	томат	2		230	0,46
	соль	2		25	0,05
	Куры отварные		70		

соль					230	20,70
COJIB	2				25	0,05
Соус сметанный		60				
сметана	20				400	8,00
мука						0,23
масло сливочное						2,40
соль	2				25	0,05
Отварная пшенка		130				
пшено						2,1
масло сливочное	3					1,44
соль	1				25	0,025
Компот из яблок		180				0,00
яблоко						2,00
caxap						1,28
Хлеб	60	60			60	3,60
Оладьи		80				
мука						1,52
молоко						3,60
яйцо	1/5					2,40
дрожжи	1					0,45
caxap						0,85
масло растительное	4				150	0,60
Чай с сахаром		200				
чай						1,80
caxap					85	1,28
ИТОГО	662,3					75,81
	6 день					
	ЗАВТРАК					
Суп молочный с макаронными		200				
	мука масло сливочное соль Отварная пшенка пшено масло сливочное соль Компот из яблок яблоко сахар Хлеб Оладьи мука молоко яйцо дрожжи сахар масло растительное Чай с сахаром чай сахар ИТОГО	мука 6 масло сливочное 5 соль 2 Отварная пшенка пшено 30 масло сливочное 3 соль 1 Компот из яблок яблоко 20 сахар 15 Хлеб 60 Оладьи мука 40 молоко 40 яйцо 1/5 дрожжи 1 сахар 10 масло растительное 4 Чай с сахаром 4 чай 2 сахар 15 ИТОГО 662,3 Суп молочный с	мука 6 масло сливочное 5 соль 2 Отварная пшенка 130 пшено 30 масло сливочное 3 соль 1 Компот из яблок 20 сахар 15 Хлеб 60 60 Оладын 80 мука 40 молоко 40 яйцо 1/5 дрожжи 1 сахар 10 масло растительное 4 Чай с сахаром 20 чай 2 сахар 15 ИТОГО 662,3 Сун молочный с	мука 6 масло сливочное 5 соль 2	мука 6 масло сливочное 5 соль 2 130 130 130 130 130 130 130 130 130 130	мука 6 480 соль 2 2 2 3 480 соль 2 3 480 соль 130 70 тварная пшенка 30 70 масло сливочное 3 480 соль 1 1 255 Компот из яблок 180 855 Хлеб 60 60 60 60 60 Оладъи 80 80 90 яйцо 1/5 90 яйцо 1/5 91 дрожжи 1 1 250 масло растительное 4 150 Чай с сахаром 15 85 масло растительное 4 150 Чай с сахаром 15 85 масло растительное 4 150 Чай с сахаром 15 85 масло растительное 4 150 Суп молочный с

	молоко	70		90	6,3
	масло сливочное	2		480	0,96
	caxap	2		85	0,17
	вермишель	16		50	0,8
	Хлеб	35	35	60	2,1
	•				
2 3ABTPAK	_	20	00	1.50	
	Печенье	20	20	150	3
ОБЕД					
овід	Суп гороховый		200		
	горох	20		47	0,94
	картофель	60		45	2,70
	лук репчатый	5		30	0,15
	морковь	5		45	0,23
	сметана	5		400	2,00
	масло растительное	2		150	0,30
	соль	2		25	0,05
	Индейка отварная		70		
	мясо индейки	90		400	36,00
	лук репчатый	4		30	0,12
	соль	2		25	0,05
	Соус сметанный		60		
	сметана	20		400	8,00
	мука	6		38	0,23
	масло сливочное	5		450	2,25
	соль	2		25	0,05
	Рис припущенный		130		
	рис	30		120	3,60
	масло сливочное	3		480	1,44
	соль	2		25	0,05
	Компот из яблок		180		
	яблоко	20		100	2,00

	caxap	15		85	1,28
	Хлеб	60	60	60	3,60
полдник					
	Какао с молоком		200		
	какао	2		900	1,80
	молоко	100		90	9,00
	caxap	20		85	1,70
	Хлеб с сыром и маслом		35/10/5		
	масло сливочное	5		480	2,40
	сыр	10		525	5,25
	хлеб	35		60	2,10
	ИТОГО	676			100,61
		7 день			
ЗАВТРАК					
	Каша манная с маслом		200		
	молоко	70		90	6,3
	caxap	10		85	0,85
	масло сливочное	4		480	1,92
	крупа манная	25		45	1,125
	соль	1		25	0,025
	Хлеб	35	35	60	2,1
2 ЗАВТРАК					
	Яблоко	100	100	100	10
ОБЕД			•		
	Тертая морковь с сахаром		60		
	морковь	75		45	3,38
	in opinobb				
	caxap	2		85	0,17

	Борщ со сметаной		200			
	картофель	50			45	2,25
	свекла	50			35	1,75
	капуста	50			50	2,50
	морковь	12			45	0,54
	лук	5			30	0,15
	томат	5			230	1,15
	масло растительное	2			150	0,30
	сметана	10			400	4,00
	соль	2			25	0,05
	Тефтели		70			
	мясо гов	80			550	44,00
	рис	10			120	1,20
	соль	2			25	0,05
	лук	10			30	0,30
	яйцо	0,1			12	1,20
	Соус томатный		60			
	томат	3			230	0,69
	мука	6			38	0,23
	масло сливочное	5			480	2,40
	соль	2			25	0,05
	Отварная гречка		130			
	гречка	30			130	3,90
	соль	2			25	0,05
	масло сливочное	3			480	1,44
	Кисель		180			
	кисель	15			220	3,30
	caxap	10			85	0,85
	Хлеб	60	60		60	3,60
полиник						
ПОЛДНИК	Омлет					
	натуральный		100			

	яйцо	1		12	12,00
	молоко	20		90	1,80
	соль	1		25	0,03
	масло растительное	5		150	0,75
	Чай с сахаром		200		
	чай	2		900	1,80
	caxap	15		85	1,28
	Хлеб	35	35	60	2,10
	ИТОГО	780,1			122,31
		8 день			
		ЗАВТРАК			
	Каша рисовая		200		
	молочная	70	200	00	
	молоко	70		90	6,3
	caxap	10		85	0,85
	масло сливочное	3		480	1,44
	рис	30	25	120	3,6
	Хлеб	35	35	60	2,1
2 ЗАВТРАК					
	Печенье	20	20	150	3
	550 151150				
ОБЕД					
	Суп крестьянский с пшенной крупой		200		
	картофель	60		45	2,70
	морковь	5		45	0,23
	лук	5		30	0,15
	пшено	18		70	1,26
	масло растительное	2		150	0,30
	сметана	5		400	2,00
	соль	2		25	0,05
	Куры отварные		70		

	макароны со сливочным маслом и тертым сыром макароны сыр масло сливочное ИТОГО	30 10 5 823,1 9 день ЗАВТРАК	130		50 525 480	1,50 5,25 2,40 88,95
	макароны со сливочным маслом и тертым сыром макароны сыр масло сливочное	10 5 823,1	130		525	5,25 2,40
	макароны со сливочным маслом и тертым сыром макароны сыр масло сливочное	10 5	130		525	5,25 2,40
	макароны со сливочным маслом и тертым сыром макароны сыр	10	130		525	5,25
	макароны со сливочным маслом и тертым сыром макароны		130			-
	макароны со сливочным маслом и тертым сыром	30	130		50	1 50
	макароны со сливочным маслом		130			
	макароны со		130			
	Отварные					
	Отварные					
	Хлеб	35	35		60	2,10
	caxap	15			85	1,28
	чай	2			900	1,80
	Чай с сахаром		200			
полдник						
	Хлеб	60	60		60	3,60
	caxap	15			85	1,28
	яблоко	20			100	2,00
	Компот из яблок		180			0,00
	соль	2			25	0,05
	молоко	20			90	1,80
	масло сливочное	5		+	480	2,40
	картофель	180		+	45	8,10
	Картофельное пюре	100	130			0.10
	соль	2	120		25	0,05
	масло сливочное	5		+	480	2,4
	мука	6		+	38	0,228
	сметана	20			400	8
	Соус сметанный	20	60		400	0
	соль	2			25	0,05
	мясо куринное	90			230	20,70

I	1	70		1 1 1	90	6.2
	молоко					6,3
	пшено	16			70	1,12
	масло сливочное	2			480	0,96
	соль	2			25	0,05
	Хлеб	35	35		60	2,1
2 ЗАВТРАК						
	Яблоко	100	100		100	10
ОБЕД						
, ,	Овощи свежие с растительным маслом		60			
	капуста	70			50	3,50
	морковь	10			45	0,45
	соль	1			25	0,03
	масло растительное	5			150	0,75
	лук репчатый	3			30	0,09
	Суп фасолевый		200			
	картофель	70			45	3,15
	морковь	5			45	0,23
	фасоль	16			270	4,32
	лук	5			30	0,15
	масло растительное	2			150	0,30
	соль	2			25	0,05
	сметана	5			400	2,00
	Котлета рыбная		70			0,00
	минтай	90			240	21,60
	соль	2			25	0,05
	лук	10			30	0,30
	масло сливочное	2			480	0,96
	молоко	12			90	1,08
	хлеб	13			60	0,78

	n v					1,20
	Рис припущенный		130			
	рис	30			120	3,60
	масло сливочное	3			480	1,44
	соль	2			25	0,05
	Чай с сахаром		180			
	чай	2			900	1,80
	caxap	15			85	1,28
	Хлеб	60	60		60	3,60
полдник	Каша овсяная					
	молочная Молочная		200)		
	овсяная крупа	30			63	1,89
	молоко	70			90	6,30
	caxap	20			85	1,70
	масло сливочное	4			480	1,92
	Чай с сахаром		200			
	чай	2			900	1,80
	caxap	15			85	1,28
	Хлеб	35	35		60	2,10
	итого	786,1				90,26
		10 день				
		ЗАВТРАК				
	Суп молочный		200			
	гречневый	70			00	6.20
	молоко	70			90	6,30
	масло сливочное	2 2			480 25	0,96
	СОЛЬ					
	крупа гречневая	16 35	25		130	2,08
	Хлеб	33	35		60	2,1

	Печенье	20	20	150	3
NEET .					
) БЕД	Отварная свекла с				
	растительным		60		
	маслом				
	свекла	75		35	2,63
	масло растительное	5		150	0,75
	Суп с перловой		200		
	крупой		200		
	картофель	60		45	2,70
	морковь	5		45	0,23
	лук	5		30	0,15
	перловка	18		40	0,72
	масло растительное	2		150	0,30
	сметана	5		400	2,00
	соль	2		25	0,05
	Жаркое по		200		
	домашнему		200		
	мясо говяжье	100		550	55,0
	лук	10		30	0,30
	сметана	10		400	4,00
	картофель	180		45	8,10
	томат	3		230	0,69
	морковь	5		45	0,23
	масло сливочное	3		480	1,44
	мука	5		38	0,19
	соль	2		25	0,05
	Компот из яблок		180		
	яблоко	20		100	2,00
	caxap	15		85	1,28
	Хлеб	60	60	60	3,60

Каша мол ''Дружба'		20	00			
рис	15				120	1,8
молоко	70				90	6,3
пшено	11				70	0,77
caxap	5				85	0,425
сливочное	масло 4				480	1,92
Чай с сах	аром	20	00			
чай	2				900	1,80
caxap	15				85	1,28
Хлеб	35	3	5		60	2,10
ИТОГО		887				117,27

1010,952 итого

101,0952 на 1 ребенка

101,09 0,0052