

Утверждаю
 Директор МБОУ "СОШ№63" г. Грозного
 З.Х. Мусхаджиева
 16 мая 2022 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
 С 16.05.2022г. по 27.05.2022 г.

завтраки

| День | Наименование | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | ЭЦ,ккал |
|--------------|--|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Понедельника | Суп молочный с крупой (рис) | 200 | 4,82 | 1,02 | 16,83 | 132,4 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| | Сок (Лидер-А) | 200 | | | 4 | 15 |
| | Итого | 510 | 12,72 | 10,22 | 69,23 | 457,4 |
| Вторник | Каша овсяная "Геркулес" | 180 | 7,3 | 8,9 | 32 | 238 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,04 | 0 | 10,12 | 41,26 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 5,92 | 0,75 | 36,22 | 176,25 |
| | Итого | 465 | 13,26 | 17,85 | 78,44 | 530,51 |
| Среда | Каша жидкая молочная из манной крупы (181) | 210 | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 5,92 | 0,75 | 36,22 | 176,25 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| | Сок (Лидер-А) | 200 | | | 4 | 15 |
| | Итого | 495 | 5,92 | 8,95 | 40,32 | 266,25 |
| Четверг | Картофельное пюре | 150 | 4,3 | 6,05 | 42,3 | 164,2 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,04 | 0 | 10,12 | 41,26 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 5,92 | 0,75 | 36,22 | 176,25 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| | Сосиски "Особые халяль" | 50 | 4,75 | 6,75 | | 80,5 |
| | Итого | 485 | 15,01 | 21,75 | 88,74 | 537,21 |
| Пятница | Каша гречневая | 210 | 8,56 | 3,81 | 54,17 | 285,21 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 5,92 | 0,75 | 36,22 | 176,25 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| | Сок (Лидер-А) | 200 | | | 4 | 15 |
| | Итого | 495 | 14,48 | 12,76 | 94,49 | 551,46 |
| Понедельник | Суп молочный с крупой (рис) | 200 | 4,82 | 1,02 | 16,83 | 132,4 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| | Сок (Лидер-А) | 200 | | | 4 | 15 |
| | Итого | 510 | 12,72 | 10,22 | 69,23 | 457,4 |
| Вторник | Каша овсяная "Геркулес" | 180 | 7,3 | 8,9 | 32 | 238 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,04 | 0 | 10,12 | 41,26 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 5,92 | 0,75 | 36,22 | 176,25 |
| | Итого | 465 | 13,26 | 17,85 | 78,44 | 530,51 |
| среда | Каша жидкая молочная из манной крупы (181) | 210 | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 5,92 | 0,75 | 36,22 | 176,25 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| | Сок (Лидер-А) | 200 | | | 4 | 15 |
| Итого | 495 | 5,92 | 8,95 | 40,32 | 266,25 | |
| четверг | Картофельное пюре | 150 | 4,3 | 6,05 | 42,3 | 164,2 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,04 | 0 | 10,12 | 41,26 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 5,92 | 0,75 | 36,22 | 176,25 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| | Сосиски "Особые халяль" | 50 | 4,75 | 6,75 | | 80,5 |
| Итого | 485 | 15,01 | 21,75 | 88,74 | 537,21 | |
| пятница | Каша гречневая | 210 | 8,56 | 3,81 | 54,17 | 285,21 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 5,92 | 0,75 | 36,22 | 176,25 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| | Сок (Лидер-А) | 200 | | | 4 | 15 |
| | Итого | 495 | 14,48 | 12,76 | 94,49 | 551,46 |