Меню на 2025-2026 учебный год

1 день

Завтрак

День	Наименование	Выход,	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
HK	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
Понедельник	Картофельное пюре № 377	100	2,7	4	5,8	70
нед	Чай с лимоном № 459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
O	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84

День	Наименование	Выход,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
¥	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
льни	Картофельное пюре № 377	100	2,7	4	5,8	70
Понедельник	Чай с лимоном № 459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84

Меню на 2025-2026 учебный год

2 день

Завтрак

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Каша рисовая с изюмом № 177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
Вторник	Чай с молоком или сливками № 378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
BTC	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	11,59	11,06	95,69	528, 66

День	Наименование	Выход,	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка
• 4	Каша рисовая с изюмом № 177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
Вторник	Чай с молоком или сливками № 378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
3TC	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	11,59	11,06	95,69	528,66

Утверждаю:
Директор МБОУ «Аллероевская СШ»
им. Дадаева С.Р.
Х.У. Телиева

Меню на 2025-2026 учебный год

3 день

Завтрак

День	Наименование	Выход,	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка
	Омлет с сыром № 275	80	9,3	12,4	1,5	155
	Чай с лимоном № 459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
Среда	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	430	15,34	21,7	52,07	465,14

День	Наименование	Выход,г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка
	Омлет с сыром № 275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
Среда	Чай с лимоном № 459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
$C_{\mathbf{p}}$	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64

Итого	500	22,91	32,55	53,38	598,11
Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6

Утверждаю: Директор МБОУ «Аллероевская СШ» им. Дадаева С.Р. _____Х.У. Телиева

Меню на 2025-2026 учебный год

4 день

Завтрак

День	Наименование	Выход,	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35
pr	Чай с молоком или сливками № 378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
Четверг	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
-Ae	Сосиски «Особые халяль»	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59

День	Наименование	Выход,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Четв ерг	Рис припущенный № 305	100	2,43	2,87	24,45	133,35

Чай с молоком или сливками № 378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
Сосиски «Особые халяль»	50	4,75	6,75	1,37	85,23
Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59

Утверждаю: Директор МБОУ «Аллероевская СШ» им. Дадаева С.Р. _____X.У. Телиева

Меню на 2025-2026 учебный год

5 день

Завтрак

День	Наименование	Выход,	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка
	Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59
	Рыба припущенная № 296	75	13	0,5	0,8	59,7
_	Картофельное пюре № 377	150	4,04	6	8,7	104,96
Ща	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
Пятница	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Чай с молоком или сливками № 378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Итого	485	22,58	16,55	49,67	437,95

Ден	Наименование	Выход,	Белки,	Жиры,	Углеводы,	ЭЦ,кка
Ь	Паименование	Г	Γ	Г	Γ	Л

	Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59
	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64
	Картофельное пюре № 377	150	4,04	6	8,7	104,96
ष्ट	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
пятница	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Чай с молоком или сливками № 378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Итого	500	25,18	16,65	49,83	449,89

Утверждаю: Директор МБОУ «Аллероевская СШ» им. Дадаева С.Р. _____Х.У. Телиева

Меню на 2025-2026 учебный год

6 день

Завтрак

День	Наименование	Выход,	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка
	Рыба припущенная № 296	75	13	0,5	0,8	59,7
	Рис отварной № 304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
ИК	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
(ельн	Чай с лимоном № 459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
Понедельник	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	495	23,68	19,58	86,83	618,26

День	Наименование	Выход,г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8	59,7
	Рис отварной № 304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
¥	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
ЛРНИ	Чай с лимоном № 459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
Понедельник	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 14	15	0,12	12,3	0,19	111,94
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	500	23,72	23,68	86,89	655,56

Утверждаю: Директор МБОУ «Аллероевская СШ» им. Дадаева С.Р. X.Y. Телиева

Меню на 2025-2026 учебный год

7 день

День	Наименование	Выход,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка
	Суп молочный с макаронными изделиями № 120	200	15,8	5,3	17,9	182,5
K	Чай с молоком или сливками № 378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
НИ	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
Вторник	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	600	26,74	22,45	102,67	719,69

Обед

День	Наименование	Выход,г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка
	Сырники из творога запеченные	100	15,8	5,3	17,9	182,5
	Чай с молоком или сливками № 378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
X	Хлеб пшеничный 50 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 10	50	3,94	0,5	24,14	116,82
Вторник		0,08	8,2	0,13	74,64	
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	500	26,74	22,45	102,67	719,69

Утверждаю: Директор МБОУ «Аллероевская СШ» им. Дадаева С.Р.

Х.У. Телиева

Меню на 2025-2026 учебный год

8 день

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,ккал
	Мюсли с молоком № 179	135	15,9	7,7	15	194
	Чай с лимоном № 459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
Среда	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
Cp	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	485	21,94	17	65,57	504,14

Обед

День	Наименование	Выход,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка
	Запеканка из творога	150	23,85	11,55	22,5	289,35
	Чай с лимоном № 459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
<u> </u>	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
Среда	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	29,89	20,85	73,07	599,49

Утверждаю: Директор МБОУ «Аллероевская СШ» им. Дадаева С.Р. ______Х.У. Телиева

Меню на 2025-2026 учебный год

9 день

День	Наименование	Выход,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка л
	Греча отварная № 4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
Ĺ	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
вер	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
Четверг	Чай с лимоном № 459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	17,55	17,66	95,8	612,34

Обед

День	Наименование	Выход,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка
	Греча отварная № 4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
Ĺ	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
вер	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
Четверг	Чай с лимоном № 459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	17,55	17,66	95,8	612,34

Утверждаю: Директор МБОУ «Аллероевская СШ» им. Дадаева С.Р. _____X.У. Телиева

Меню на 2025-2026 учебный год

10 день

Ден ь	Наименование	Выход,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка л
	Рис отварной № 304	100	2,43	3,58	24,46	70
_	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
иця	Чай с лимоном № 459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
Пятница	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4

Итого	490	14,32	25,37	93,68	594,61
Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6

День	Наименование	Выход,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,кка
Пятница	Рис отварной № 304	100	2,43	3,58	24,46	70
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
	Чай с лимоном № 459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 14	20	0,16	16,4	0,26	74,64
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Яблоко № 338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,4	33,57	93,81	594,61