

МБОУ "СОШ №1 с. Алхазурово имени А. Сулейманова"

|  |
|--|
|  |
|--|

10.11.202  
5

| Прием<br>пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|---------------|-------------|--------|-----------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтра<br>к   | Гор.блюдо   |        | Котлета<br>куриная                | 70       |      | 218,4        | 6,65  | 12,6  | 19,6     |
|               | Хлеб        | 573    | Хлеб<br>пшеничный                 | 100      |      | 116,82       | 3,94  | 0,5   | 24,14    |
|               | Гарнир      | 377    | Картофельно<br>е пюре             | 200      |      | 70           | 2,7   | 4     | 5,8      |
|               | Гор.напиток | 459    | Чай с<br>лимоном                  | 50       |      | 39,02        | 0,03  | 0,1   | 9,5      |
|               | фрукты      | 338    | Яблоко                            | 80       |      | 75,6         | 1,2   | 0,4   | 16,8     |
| Завтра<br>к 2 | фрукты      |        |                                   |          |      |              |       |       |          |
|               |             |        |                                   |          |      |              |       |       |          |
|               |             |        |                                   |          |      |              |       |       |          |
| Обед          | 1 блюдо     | 113    | Суп<br>картофельный<br>с бобовыми | 200      |      | 92,62        | 5,04  | 2,86  | 11,68    |
|               | Гарнир      | 43     | Греча отварная                    | 150      |      | 243,7        | 8,59  | 6,09  | 38,64    |
|               | 2 блюдо     | 116    | Котлета<br>куриная                | 90       |      | 281,69       | 8,58  | 16,25 | 25,28    |
|               | Хлеб        |        | Хлеб<br>пшеничный                 | 80       |      | 187,04       | 6,32  | 0,8   | 38,64    |
|               | Гор.напиток | 459    | Чай с лимоном                     | 180      |      | 35,13        | 0,03  | 0,09  | 8,55     |
|               |             |        |                                   |          |      |              |       |       |          |
|               |             |        |                                   |          |      |              |       |       |          |
|               |             |        |                                   |          |      |              |       |       |          |









МБОУ "СОШ №1 с. Алхазурово имени А. Сулейманова"

Отд./корп

День

17.11.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 304    | Рис отварной                         | 100      |      | 139,78       | 2,43  | 3,58  | 24,46    |
|            | гор.напиток | 459    | Чай с лимоном                        | 200      |      | 39,02        | 0,03  | 0,1   | 9,5      |
|            | хлеб        |        | Хлеб пшеничный                       | 50       |      | 116,82       | 3,94  | 0,5   | 24,14    |
|            |             |        | Рыба припущенная                     | 75       |      | 59,7         | 13    | 0,5   | 0,8      |
|            |             | 14     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)           | 15       |      | 111,94       | 0,12  | 12,3  | 0,19     |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                      |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        | Булочка домашняя                     | 60       |      | 188,3        | 4,2   | 6,7   | 27,8     |
|            |             |        |                                      |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |                                      |          |      |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     | 83     | Борщ со свежей капустой и томатом    | 200      |      | 190          | 5,01  | 3,8   | 12       |
|            | 2 блюдо     | 203    | Макаронные изделия отварные с маслом | 150      |      | 195,79       | 5,46  | 5,79  | 30,46    |
|            | гарнир      | 9      | Салат из квашеной капусты с луком    | 100      |      | 94           | 1,6   | 6     | 8,2      |
|            | напиток     | 459    | Чай с лимоном                        | 180      |      | 35,13        | 0,03  | 0,09  | 8,55     |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                       | 70       |      | 5,53         | 0,7   | 33,81 | 163,66   |
|            | хлеб черн.  |        |                                      |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |                                      |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |                                      |          |      |              |       |       |          |

МБОУ "СОШ №1 с. Алхазурово имени А. Сулейманова"



18.11.2025

| Прием пищи | Раздел      | №<br>рец. | Блюдо                                 | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|---------------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |           | Сырники из творога запеченные<br>№286 | 100      |      | 182,5        | 15,8  | 5,3   | 17,9     |
|            | гор.напиток |           | Чай с молоком или сливками<br>№378    | 200      |      | 81,83        | 1,52  | 1,35  | 15,9     |
|            | хлеб        |           | Хлеб пшеничный                        | 50       |      | 116,82       | 3,94  | 0,5   | 24,14    |
|            |             |           | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ<br>(ПОРЦИЯМИ) №14     | 10       |      | 74,64        | 0,08  | 8,2   | 0,13     |
|            |             |           | Булочка домашняя                      | 60       |      | 188,3        | 4,2   | 6,7   | 27,8     |
| Завтрак 2  | фрукты      |           | Яблоко №338                           | 80       |      | 75,6         | 1,2   | 0,4   | 16,8     |
|            |             |           |                                       |          |      |              |       |       |          |
|            |             |           |                                       |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |           |                                       |          |      |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     |           | Суп картофельный с бобовыми<br>№102   | 200      |      | 108,46       | 6,39  | 3,22  | 13,23    |
|            | 2 блюдо     |           | Сосиски "Особые халяль"               | 90       |      | 153,43       | 8,55  | 12,15 | 2,47     |
|            | гарнир      |           | Пюре картофельное №377                | 150      |      | 105          | 4,05  | 6     | 8,7      |
|            | напиток     |           | Чай с лимоном №459                    | 180      |      | 35,13        | 0,03  | 0,09  | 8,55     |
|            | хлеб бел.   |           | Хлеб пшеничный                        | 80       |      | 187,04       | 6,32  | 0,8   | 38,64    |
|            | хлеб черн.  |           |                                       |          |      |              |       |       |          |
|            |             |           |                                       |          |      |              |       |       |          |
|            |             |           |                                       |          |      |              |       |       |          |

МБОУ "СОШ №1 с. Алхазурово имени А. Сулейманова"

\_\_\_\_\_

19.11.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | Запеканка из творога                                      | 150      |      | 289,4        | 23,85 | 11,55 | 22,5     |
|            |             | 14     | Масло сливочное (Порциями)                                | 10       |      | 74,6         | 0,08  | 8,20  | 0,1      |
|            | гор.напиток | 459    | Чай с лимоном   | 200      |      | 39,0         | 0,03  | 0,10  | 9,5      |
|            | хлеб        | 878    | Хлеб пшеничный  | 60       |      | 120,9        | 4,73  | 0,60  | 24,1     |
|            |             | 338    | Яблоко  | 80       |      | 75,6         | 1,20  | 0,40  | 16,8     |
|            |             |        |   |          |      |              |       |       |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |   |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |   |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |   |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |   |          |      |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     |        | Суп рисовый с мясом                                       | 250      |      | 176,2        | 10,1  | 6,7   | 18,9     |
|            | 2 блюдо     | 142    | Картофель и овощи тушеные в соусе                         | 150      |      | 217,0        | 3,3   | 12,6  | 22,7     |
|            | гарнир      | 42     | Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 60       |      | 75,0         | 0,7   | 3,7   | 9,7      |
|            | напиток     | 459    | Чай с лимоном   | 180      |      | 35,1         | 0,0   | 0,1   | 8,6      |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный  | 60       |      | 144,3        | 4,7   | 0,6   | 30,0     |
|            | хлеб черн.  |        |   |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |   |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |   |          |      |              |       |       |          |





Школа

МБОУ "СОШ №1 с. Алхазурово имени А. Сулейманова"

Отд./корп

День

21.11.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                      | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 304    | Рис отварной               | 100      |      | 70           | 2,43  | 3,58  | 24,46    |
|            | гор.напиток | 459    | Чай с лимоном              | 180      |      | 35,09        | 0,02  | 0,09  | 8,55     |
|            | хлеб        |        | Хлеб пшеничный             | 50       |      | 120,88       | 3,94  | 0,5   | 24,14    |
|            |             |        | Котлета куриная            | 70       |      | 218,4        | 6,65  | 12,6  | 19,6     |
|            |             | 14     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 20       |      | 74,64        | 0,16  | 16,4  | 0,26     |
| Завтрак 2  | фрукты      | 338    | Яблоко                     | 80       |      | 75,6         | 1,2   | 0,4   | 16,8     |
|            |             |        |                            |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |                            |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |                            |          |      |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     | 127    | Суп гороховый              | 200      |      | 97,74        | 5,92  | 2,62  | 12,62    |
|            | 2 блюдо     |        | Котлета куриная            | 90       |      | 281,69       | 8,58  | 16,25 | 25,28    |
|            | гарнир      | 304    | Рис отварной               | 150      |      | 209,65       | 3,64  | 5,37  | 36,69    |
|            | напиток     | 469    | Чай с лимоном              | 180      |      | 35,13        | 0,03  | 0,09  | 8,55     |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный             | 80       |      | 87,04        | 6,32  | 0,8   | 38,64    |
|            | хлеб черн.  |        |                            |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |                            |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |                            |          |      |              |       |       |          |



Л.С. Плассева