|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО:  Начальник территориального отдела  Управления Роспотребнадзора по ЧР  в Курчалоевском районе  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.М.Эдильгириев  25.08.2023г | | | | УТВЕРЖДАЮ:  Директор МБОУ «Нефтянская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_З.М.Хабусиева  Приказ № от 25.08.2023г. | | | | | |
| ПРИМЕРНОЕ (ЦИКЛИЧНОЕ)  МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  МБОУ «НЕФТЯНСКАЯ СОШ»  НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД | | | | | | | | | |
|  | **День** | **Наименование** | **Выход,г** | | **Белки,г** | **Жиры,г** | **Углеводы,г** | **ЭЦ,ккал** |  |
|  |  |
|  | **1 день** | Суп гороховый | 150 | | 2,9 | 2,42 | 3,7 | 48,32 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 100 | | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |  |
|  | Картофельное пюре | 150 | | 4,3 | 6,05 | 42,3 | 164,2 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |  |
|  | **Итого** | **685** | | **22,06** | **24,36** | **151,33** | **788,89** |  |
|  | **2 день** | Салат из моркови с растительным маслом | 100 | | 1,22 | 7,09 | 6,49 | 95,83 |  |
|  | Плов | 150 | | 17,8 | 13,7 | 27,32 | 304 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 100 | | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |  |
|  | **Итого** | **550** | | **27,32** | **21,79** | **134,11** | **794,99** |  |
|  | **3 день** | Макароны запеченные с сосисками | 205 | | 8,09 | 8,58 | 39,24 | 272 |  |
|  | Салат из свежих огурцов и помидоров | 90 | | 0,8 | 9,1 | 2,6 | 95,4 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 100 | | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |  |
|  | **Итого** | **595** | | **17,19** | **18,68** | **142,14** | **762,56** |  |
|  | **4 день** | Суп гороховый с картофелем | 150 | | 2,9 | 2,42 | 3,7 | 48,32 |  |
|  | Картофельное пюре | 150 | | 4,3 | 6,05 | 42,3 | 164,2 |  |
|  | Салат из свежих огурцов и помидоров | 90 | | 0,8 | 9,1 | 2,6 | 95,4 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 100 | | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |  |
|  | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |  |
|  | **Итого** | **700** | | **16,3** | **26,77** | **149** | **778,08** |  |
|  | **5 день** | Суп молочный с крупой (пшенка) | 200 | | 5,8 | 5,48 | 18,57 | 146,8 |  |
|  | Винегрет овощной | 100 | | 1,57 | 10,18 | 6,7 | 129,23 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 100 | | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |  |
|  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | 2,32 | 2,95 | 0 | 36,4 |  |
|  | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |  |
|  | **Итого** | **620** | | **17,99** | **27,81** | **125,67** | **782,59** |  |
|  | **6 день** | Суп молочный с крупой (рис) | 200 | | 4,82 | 1,02 | 16,83 | 132,4 |  |
|  | Салат из свежих огурцов и помидоров | 90 | | 0,8 | 9,1 | 2,6 | 95,4 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 100 | | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |  |
|  | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 20 | | 0 | 16,4 | 0,2 | 150 |  |
|  | **Итого** | **610** | | **13,92** | **27,52** | **119,93** | **772,96** |  |
|  | **7 день** | Суп с крупой | 200 | | 1,58 | 2,19 | 11,66 | 72,6 |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | Картофельное пюре | 150 | | 4,3 | 6,05 | 42,3 | 164,2 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 100 | | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |  |
|  | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |  |
|  | **Итого** | **735** | | **20,74** | **24,13** | **159,29** | **813,17** |  |
|  | **8 день** | Суп гороховый с картофелем | 150 | | 2,9 | 2,42 | 3,7 | 48,32 |  |
|  | Винегрет овощной | 100 | | 1,57 | 10,18 | 6,7 | 129,23 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 200 | | 15,8 | 2 | 96,6 | 470 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |  |
|  | **Итого** | **650** | | **20,67** | **14,6** | **159** | **807,71** |  |
|  | **9 день** | Макароны запеченные с сосисками | 205 | | 8,09 | 8,58 | 39,24 | 272 |  |
|  | Салат из свежих огурцов и помидоров | 90 | | 0,8 | 9,1 | 2,6 | 95,4 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 100 | | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |  |
|  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 20 | | 4,64 | 5,9 | 0 | 72,8 |  |
|  | **Итого** | **615** | | **21,83** | **24,58** | **142,14** | **835,36** |  |
|  | **10 день** | Суп гороховый с картофелем | 150 | | 2,9 | 2,42 | 3,7 | 48,32 |  |
|  | Плов | 150 | | 17,8 | 13,7 | 27,32 | 304 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 100 | | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |  |
|  | Салат из моркови с растительным маслом | 100 | | 1,22 | 7,09 | 6,49 | 95,83 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |  |
|  | **Итого** | **700** | | **30,22** | **24,21** | **137,81** | **843,31** |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |