

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Старошедринская СОШ»
Л.С. Кимаева
« 13 » 2025г.



МЕНЮ
горячего питания обучающихся 1-4 классов
13 октября 2025г.

Комиссия в составе: ответственный за питание - Шамилова З.В., повар – Гадиева Ш.Б., калькулятор – Шамилова Т.Ш.

	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
	Завтрак					
1	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
2	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
3	Картофельное пюре №377	100	2,7	4	5,8	70
4	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
5	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84
	Обед					
1	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,62
2	Греча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73
3	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69
4	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04
5	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого	700	28,56	26,09	122,79	840,21

Ответственный за питание

Повар

Калькулятор

Шамилова З.В.

Гадиева Ш.Б.

Шамилова Т.Ш.

Директор МБОУ «Старошедринская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ

Л.С. Кимаева

«14» 2025г.



МЕНЮ
горячего питания обучающихся 1-4 классов
14 октября 2025г.

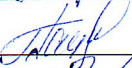
Комиссия в составе: ответственный за питание - Шамилова З.В., повар – Гациева Ш.Б.,
калькулятор – Шамилова Т.Ш.

	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы, г	ЭЦ,ккал
	Завтрак					
1	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
2	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
3	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
4	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	11,59	11,06	95,69	528,66
	Обед					
1	Суп-пюре из картофеля №131	200	4,64	4,76	13,72	116,28
2	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	209,65
3	Сосиски "Особые халяль"	90	8,55	12,15	2,47	153,43
4	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04
5	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого	700	23,18	23,17	100,07	701,53

Ответственный за питание

Повар

Калькулятор


Шамилова З.В.

Гациева Ш.Б.

Шамилова Т.Ш.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Старошедринская СОШ»
Л.С. Кимаева
« 16 » _____ 2025г.



МЕНЮ
горячего питания обучающихся 1-4 классов
15 октября 2025г.

Комиссия в составе: ответственный за питание - Шамилова З.В., повар – Гациева Ш.Б., калькулятор – Шамилова Т.Ш.

	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
	Завтрак					
1	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
2	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
3	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
4	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
5	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	22,91	32,55	53,38	598,11
	Обед					
1	Борщ №81	250	9,1	10,85	8,56	168,29
2	Сметана	10	0,25	2	0,34	20,36
3	Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,46	5,79	30,46	195,79
4	Салат из моркови с сухофруктами №24	60	0,72	3,66	9,72	74,7
5	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
6	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого	700	19,5	22,89	81,77	611,09

Ответственный за питание

Повар

Калькулятор

Шамилова З.В.

Гациева Ш.Б.

Шамилова Т.Ш.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Старошедринская СОШ»
Л.С. Кимаева
« 16 » 10 2025г.

МЕНЮ
горячего питания обучающихся 1-4 классов
16 октября 2025г.

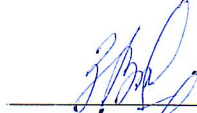
Комиссия в составе: ответственный за питание - Шамилова З.В., повар – Гадиева Ш.Б.,
калькулятор – Шамилова Т.Ш.

	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
	Завтрак					
1	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35
2	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
3	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
4	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23
5	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59
	Обед					
1	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	97,74
2	Картофельное пюре №377	150	4,05	6	8,7	105
3	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69
4	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04
5	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого	700	24,9	25,76	93,79	706,6

Ответственный за питание

Повар

Калькулятор





Шамилова З.В.

Гадиева Ш.Б.

Шамилова Т.Ш.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Старошедринская СОШ»

Л.С. Кимаева

2025г.



МЕНЮ
горячего питания обучающихся 1-4 классов
17 октября 2025г.

Комиссия в составе: ответственный за питание - Шамилова З.В., повар – Гадиева Ш.Б.,
калькулятор – Шамилова Т.Ш.

	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
	Завтрак					
1	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64
2	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
3	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
4	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
5	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
	Обед					
1	Суп картофельный №112	200	2,6	2,7	8,6	69,1
2	Плов с курицей №291	150	13,56	8,38	28,58	243,98
3	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	233,72
4	Салат из свеклы с яблоками №28	70	0,7	4,2	7,7	71,4
5	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого	700	24,78	16,37	101,72	653,33

Ответственный за питание

Повар

Калькулятор





Шамилова З.В.

Гадиева Ш.Б.

Шамилова Т.Ш.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Старошедринская СОШ»

Л.С. Кимаева

2025г.



МЕНЮ

горячего питания обучающихся 1-4 классов
20 октября 2025г.

Комиссия в составе: ответственный за питание - Шамилова З.В., повар – Гадиева Ш.Б.,
калькулятор – Шамилова Т.Ш.

	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
	Завтрак					
1	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8	59,7
2	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
3	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
4	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	15	0,12	12,3	0,19	111,94
6	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	500	23,72	23,68	86,89	655,56
	Обед					
1	Борщ со свежей капустой и томатом №83	200	5,01	3,8	12	190
2	Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,46	5,79	30,46	195,79
3	Салат из квашеной капусты с луком №9	100	1,6	6	8,2	94
4	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,66
5	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого	700	17,63	16,38	93,02	678,58

Ответственный за питание

Повар

Калькулятор





Шамилова З.В.

Гадиева Ш.Б.

Шамилова Т.Ш.

Директор МБОУ «Старошедринская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ

Л.С. Кимаева

«24» 10 2025г.



МЕНЮ
горячего питания обучающихся 1-4 классов
21 октября 2025г.

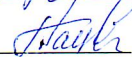
Комиссия в составе: ответственный за питание - Шамилова З.В., повар – Гадиева Ш.Б.,
калькулятор – Шамилова Т.Ш.

	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
	Завтрак					
1	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64
2	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
3	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
4	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
5	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
	Обед					
1	Суп картофельный с бобовыми №102	200	6,39	3,22	13,23	108,46
2	Пюре картофельное №377	150	4,05	6	8,7	105
3	Сосиски "Особые халяль"	90	8,55	12,15	2,47	153,43
4	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04
5	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого	700	25,34	22,26	71,59	589,06

Ответственный за питание

Повар

Калькулятор


Шамилова З.В.

Гадиева Ш.Б.

Шамилова Т.Ш.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Старошедринская СОШ»
Л.С. Кимаева
«12» 10 2025г.



МЕНЮ
горячего питания обучающихся 1-4 классов
22 октября 2025г.

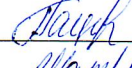
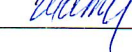
Комиссия в составе: ответственный за питание - Шамилова З.В., повар – Гадиева Ш.Б.,
калькулятор – Шамилова Т.Ш.

	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
	Завтрак					
1	Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35
2	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
3	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
4	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
5	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	29,89	20,85	73,07	599,49
	Обед					
1	Суп рисовый с мясом	250	10,1	6,7	18,88	176,22
2	Картофель и овощи тушеные в соусе №142	150	3,26	12,59	22,66	216,99
3	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29,98	144,28
4	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком №42	60	1,05	3,71	5,55	59,79
5	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого	700	19,18	23,69	85,62	632,41

Ответственный за питание

Повар

Калькулятор

Шамилова З.В.

Гадиева Ш.Б.

Шамилова Т.Ш.

Директор МБОУ «Старошедринская СОШ»

Л.С. Кимаева

2025г.



МЕНЮ

горячего питания обучающихся 1-4 классов
23 октября 2025г.

Комиссия в составе: ответственный за питание - Шамилова З.В., повар – Гадиева Ш.Б.,
калькулятор – Шамилова Т.Ш.

	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
	Завтрак					
1	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
2	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
3	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
4	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
5	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	17,55	17,66	95,8	612,34
	Обед					
1	Суп с фасолью №119	200	5,72	19,4	17,49	170,44
2	Плов с курицей №291	150	13,56	8,38	28,58	243,98
3	Салат из моркови с сухофруктами №24	70	0,84	4,27	11,34	87,15
4	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04
5	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	700	26,47	32,95	105,55	727,63

Ответственный за питание

Повар

Калькулятор





Шамилова З.В.

Гадиева Ш.Б.

Шамилова Т.Ш.

Директор МБОУ «Старошедринская СОШ»

Л.С. Кимаева

2025г.



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ

горячего питания обучающихся 1-4 классов
24 октября 2025г.

Комиссия в составе: ответственный за питание - Шамилова З.В., повар – Гадиева Ш.Б.,
калькулятор – Шамилова Т.Ш.

	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
	Завтрак					
1	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	70
2	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
3	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
4	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0,16	16,4	0,26	74,64
5	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
6	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,4	33,57	93,81	594,61
	Обед					
1	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	97,74
2	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69
3	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	209,65
4	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04
5	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого	700	24,49	25,13	121,78	811,25

Ответственный за питание

Повар

Калькулятор

Шамилова З.В.

Гадиева Ш.Б.

Шамилова Т.Ш.