



Директор ИКОУ СОШ с.п. Хушто-Сырт / М.М. Кожаканов / 2022 г.

день: 15.05.2023 г

1 понедельник

1

неделя:

7-11 лет

возрастная категория:

осенне-

зимний

сезон:

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	20	0,2	0	0,5	2,8	1,8
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	9,27
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,2	226,3	79,05
54-1соус-2020	Соус сметанный	100	1,5	8,4	3,4	95,2	22
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	174
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	12,5
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	0,7
	Итого:	591	30,65	31,66	84,86	748,10	122,81



день: 16.05.2023

2 вторник

возрастная категория:

7-11 лет

№ реч.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	25,60	16,10	25,00	347,80	34,64
Пром.	Молоко стухенное с сахаром	30	2,2	2,6	16,7	98,2	7
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,10	6,60	27,90	2,82
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,25
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	0,7
Пром.	Фрукт (банан)***	150	2,30	0,00	33,60	143,40	21,45
	Итого:	576	33,45	19,26	103,56	721,40	68,16



день: 14.05.2023

3 среда

возрастная категория:

7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	108
54-24м-2020	Шницель из курицы	125	24	5,5	16,8	211,8	25,26
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	7,47
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	1,84
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,25
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,05
	Итого:	590	32,17	11,40	68,29	504,00	47,94



день: 20.05.2023 г

6 суббота

возрастная категория:

7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,30	8,10	7,80	108,70	3,18
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,30	8,10	33,20	314,60	33,31
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70	11,84
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,25
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	6,70	34,20	0,8
	Итого:	530	36,87	21,00	74,59	634,70	50,38