



Директор УБСОУ СШ № 11 Хушпо-Сырт Кожасов М.М.

Двухнедельное меню горячих завтраков для учащихся 1-4 классов
(зима-весна)

08.04.26 - 10.04.26

1 день 2 недели завтрак									
Наименование	Масса блюда	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры		
Шницель из курицы	75	38	14,4	3,2	10,1	126,4	54-24м-2020		
Макароны отварные	150	12	5	5,3	35	208	54-1г-2020		
Соус сметанный	50	13,8	0,75	4,2	1,7	47,6	54-1соус-2020		
Огурец в нарезке	30	9	0,16	0	0,6	3,03	54-2з-2020		
Чай с сахаром	200	1,5	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020		
Хлеб пшеничный	36	2	2,85	0,36	17,4	84,60	Пром.		
Хлеб ржаной	16	1	0,78	0,16	7,17	33,6	Пром.		
Итого	557		22,45	8,86	68,90	445,40			
2 день 2 недели завтрак									
Наименование	Масса блюда	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры		
Плов из отварной говядины	200	101,5	15,3	14,7	38,6	348,3	54-1пм-2020		
Салат из свеклы отварной	60	3	0,8	2,7	4,6	45,6	54-13з-2020		
Чай с сахаром	200	1,5	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020		
Хлеб пшеничный	36	2	2,85	0,36	17,4	84,60	Пром.		

Хлеб ржаной	16		1	0,78	0,16	7,17	33,6	Пром.
Итого	512		109	19,15	17,76	67	504,9	
3 день 2 недели завтрак								
Наименование	Масса блюда	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	
Каша вязкая молочная овсяная	100	14	4,3	5,65	17,15	136,45	54-9к-2020	
Запеканка из творога	150	53	24,23	16,2	22,5	332,48	54-1г-2020	
Стушенное молоко	30	9	2,25	2,55	17,1	99	Пром.	
Чай с сахаром	200	1,5	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	
Хлеб пшеничный	36	2	2,85	0,36	17,4	84,60	Пром.	
Хлеб ржаной	16	1	0,78	0,16	7,17	33,6	Пром.	
Итого	532	80,5	34,61	24,92	87,74	737,93		
4 день 2 недели завтрак								
Наименование	Масса блюда	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	
Курица отварная	80	51	25,73	1,87	0,93	123,86	54-21м-2020	
Соус сметанный	50	13,8	0,75	4,2	1,7	47,6	54-1соус-2020	
Каша гречневая	150	15	8,2	6,5	42,8	262,5	54-4г-2020	
Чай с сахаром	200	1,5	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	
Хлеб пшеничный	36	2	2,85	0,36	17,4	84,60	Пром.	
Хлеб ржаной	16	1	0,78	0,16	7,17	33,6	Пром.	
Итого	532	84,3	38,51	13,09	76,4	578,56		
5 день 2 недели завтрак								
Наименование	Масса блюда	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	
Каша вязкая молочная пшеничная	200	28	8,4	11,5	38,8	292,1	54-6к-2020	
Яйцо вареное	40	10	4,78	4,05	0,25	56,6	54-6о-2020	
Чай с сахаром	200		0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	

Хлеб пшеничный	36		2,85	0,36	17,4	84,60	Пром.
Хлеб ржаной	16	2	0,78	0,16	7,17	33,6	Пром.
Фрукт (яблоко)	100	1	0,40	0,40	9,80	47,00	
Итого	592	13	17,41	16,47	79,82	540,30	
Итого среднее за цикл:	541	55,5	23,527	18,281	74,624	558,002	