

п/п	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	У		
	Суп чечевичный с овощами	250	2	5	127	11
	котлеты из говядины	90	6	5	158	2
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6	25	220	
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10	82
	салат из капусты с горошком	60	1	5	52	14
	Хлеб пшеничный	60	4	28	160	
Итого за Обед						
Итого за день						

Меню на калорийность Голотинская СОШ. Утверждено **Администрация** **Вадимомедов А.Х**



05.02.24

Меню на калорийность Головинская СОШ. Утверждено
 11.02.2024
 Администрация
 Головинская СОШ
 Головинский район
 Республика Казахстан
 Головинская СОШ
 Головинский район
 Республика Казахстан
 Администрация
 Головинская СОШ
 Головинский район
 Республика Казахстан



06.02.24

пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж	У		
	Суп с фрикадельками	100	2	3	5	56	
	плов с говядиной	150	18	18	24	337	
	Чай с сахаром	200	0,4	0,3	10	82	
	хлеб пшеничный	60	2	0	28	160	
	Салат из капусты брокочанной с кукурузой		1	5	5	52	14
	Боярышка	95	5	3	4	63	
Итого за Обед		605	28,4	29,3	76	750	14
Итого за день							

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж	У		
	Борщ	250	2	4	12	110	19
	Терфетли мясные	90	6	6	5	180	2
	Каша гречневая раскапчатая	150	8	8	34	166	
	Чай с сахаром	200			10	43	3
	Мандарин	100	0,4	0,3	10	41	
	Хлеб пшеничный	60	4		28	160	10
Итого за Обед			20,4	14,3	87	700	15
Итого за день							

Меню на калорийность Гологлинская СОШ. Утверждено Гаджиматомедов А.Х.



07.02.24

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
		Б	Ж	У		
Суп фасолевый с овощами	250	2	3	5	135	11
Какао с молоком	200	4	5	18	123	2
Каша гречневая рассычатая	150	8	8	34	166	
Хлеб пшеничный	60	4		28	160	
Салат из капусты с горошком	60	1	5	5	52	14
Банан	100	0,4	0,3	10	41	10
Итого за Обед		19,4	21,3	100	677	27
Итого за день		19,4	21,3	100	677	27

Меню на калорийность Голотлинская СОШ. Утверждаю: **Гаджиматамедов А.Х.**



08.02.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
		Б	Ж	У		
Суп гороховый	250	8	2	23	140	6
Пшеничная каша с молоком	90	12	9	7	162	
Салат "Домашний"	150	8	8	34	166	
Чай с сахаром	200	0,4	0,3	10	82	
Ломтишка	100	0,4	0,3	10	41	10
Хлеб пшеничный	60	4		28	160	
Итого за Обед	850	24,8	19,6	112	751	16
Итого за День						

Меню на калорийность Гологлинская СОШ. Утверждаю

Гаджимгомедов А.Х.



09.02.2024

Меню на калорийность Голотлинская СОШ. Утверждаю Гаджиматагомедов А.Х 10.02.24



пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж	У		
	Суп чечевичный	90	12	9	9	162	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5	9	30	213	
	Чай с сахаром	200	0,4	0,3	10	82	
	Хлеб пшеничный	60	2	0	28	160	
	Салат "Домашний"	60	1	5	5	52	14
	Итого за Обед	560	20,4	23,3	80	669	14
	Итого за день						