

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	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0,1	82	
	Салат домашний	84	1	5	84	14
	Хлеб пшеничный	60	4	28	160	
	мантарин	100	0,81	13,34	222	
	Итого за Обед	924	20	83	1050	27
	Итого за день					

Меню на калорийность Гологлинская СОШ. Утверждаю

Гаджимагомедов А.Х



25.12.23

Меню на калорийность Гологинская СОШ. Утверждаю Гаджиматомедов А.Х



26.12.23

пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж	У		
	Суп гороховый	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 белокачанной с кукурузой		1	5	5	52	14
	Банан	100	1,5	0,2	21,8	95	
	Итого за Обед	610	24,9	26,5	67	750	14
	Итого за день						



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 рассыпчатая	150	8	8	34	166	
Хлеб пшеничный	60	4		28	160	
Салат из капусты с горошком	60		1	5	5	14
Бюфетика	38	1,9		12,2	20,9	10
Итого за Обед		20,9		33,2	110,9	27
Итого за день		20,9		33,2	110,9	27

Меню на калорийность Гологлинская СОШ. Утверждаю: Гаджиммагомедов А.Х.

27.12.2023



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

Меню на калорийность Гологлинская СОШ. Утверждаю

28.12.2023

Гаджимгомедов А.Х





Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
		Б	Ж	У		
Суп с фрикадельками	250	2	4	12	110	19
Пюре картофельное	150	5	13	36	182	46
Салат капустный	60	1	5	52	14	2
Какао с молоком	90	6	6	5	180	
Домашняя	40	12	48	100	880	10
Хлеб пшеничный	100	2	1	21	96	
	60	4		28	160	
Итого за Обед					1622	77
Итого за день	750	32	77	254		

Меню на калорийность Головинская СОШ. Утверждаю

Гаджимгамедов А.Х.

29.12.2023





Меню на калорийность Гологлинская СОШ. Утверждаю \_\_\_\_\_

Гаджиматагомедов А.Х

30.12.23



пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж	У		
	Молочный суп	90	12	9	7	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 из капусты белокочанной с кукрузой	60	1	5	5	52	14
	Мандарин	100	0,81	0,31	13,34	222	
	Итого за Обед	660	21,21	23,6	93,34	891	14
	Итого за день						