

лиш	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
	Картофель запеченный	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 Голотгинская СОШ. Утверждаю

Гаджимагомедов А.Х

14.04.24



Меню на калорийность Гологлинская СОШ. Утверждаю
 [Подпись] [Инициалы]
 [Подпись] [Инициалы]



15.04.24

пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества		Липидическая ценность	Витамин С
			Б	Ж		
	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 белокочанной с кукурузой		1	5	5	52
	Боярышника	95	5	3	4	63
Итого за Обед		605	28,4	29,3	76	750
Итого за день						14

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины 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
	Мандарин	100	0,4	0,3	10	41	10
	Хлеб пшеничный	60	4		28	160	
Итого за Обед			20,4	14,3		700	15



Меню на калорийность Голотлинская СОШ. Утверждено Гаджималагомедов А.Х.

16.04.24

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
Рисовая каша	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 Голголинская СОШ. Утверждено Гаджимагомедов А.Х.

17.04.2024

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	
Просто чудо	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. Утверждено Гаджиммагомедов А.Х.



18.04.2024

Меню на калорийность Голотлинская СОШ. Утверждаю

Гаджиммагомедов А.Х

19.04.24

Инициалы	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж		
	Суп чечевичный	90	12	9	7	162
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5	9	10	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
	Просто чудо	40	2,6	10,96	22	195
	Итого за Обед	600	· 23	34,26	102	864
	Итого за день					14



Меню на калорийность Голотлинская СОШ. Утверждает:  Гаджиммагомедов А.Х.

20.04.24

Инициалы	Наименован не блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж	У		
	Суп						
	фасолевый с овощами	250	2	3	5	135	
	гречневая каша	100	6	4	26	162	
	Какао с молоком	200	0,4	0,3	10	82	
	Хлеб пшеничный	60	2	0	28	160	
	Салат из капусты белокочанной с кукурузой	60	1	5	5	52	14
	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8	7	8	128	
Итого за Обед		730	19,4	19,3	82	719	14
Итого за день							

