

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

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



22.04.2024

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



23.04.24

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 белокочанной с кукурузой		1	5	5	52	14
	бананы	150	5	3	4	63	
	Итого за Обед	605	28,4	29,3	76	750	14
	Итого за день						

Итого за Обед	Итого за день	пищи	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 порошком	60	1	5	52	14
			Хлеб пшеничный	60	4	28	160	
			Итого за Обед					
			Итого за день					

Меню на калорийность Голотлинская СОШ. Утверждаю _____ Гаджимагомедов А.Х

24.04.24



Меню на калорийность Головинская СОШ. Утверждаю: Гаджиматамедов А.Х.



25.04.24

Итого за день	Итого за Обед	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 белокочанной с кукурузой		1	5	5	52
		Боварушка	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	Витамин С
			Б	Ж	У		
	Борщ	250	2	4	12	110	19
	Тертые мясные	90	6	6	5	180	2
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8	8	34	166	
	Чай с сахаром	200			10	43	3
	Макарин	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: Гаджимагомедов А.Х.



26.04.24

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. Утверждаю Гаджиматагомедов А.Х



27.04.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
		Б	Ж	У		
Суп гороховый	250	8	8	2	23	140
Пшеничная каша с молоком	90	12	9	9	7	162
Салат "Домашний"	150	8	8	8	34	166
Чай с сахаром	200	0,4	0,4	0,3	10	82
Просто чудо	100	0,4	0,3	0,3	10	41
Хлеб пшеничный	60	4			28	160
Итого за Обед	850	24,8	19,6	11,2		751
Итого за день						16

Меню на калорийность Голголинская СОШ. Утверждаю  Гаджимгомедов А.Х.



29.04.2024


Меню на калорийность Гологлинская СОШ. Утверждаю

Гаджимагомедов А.Х

30.04.24



пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины С
			Б	Ж	У		
	Суп чечевичный	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 "Домашний"	60	1	5	5	52	14
	Просто чудо	40	2,6	10,96	22	195	
	Итого за Обед	600	23	34,26	102	864	14
	Итого за день						

Меню на калорийность Голотлинская СОШ. Утверждаю  Гаджимагомедов А.Х

02.05.24

ИПШШ	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							

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
	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 Голголитская СОШ. Утверждаю **Гаджимомедов А.Х.**



03.05.24

Меню на калорийность Головинская СОШ, Утверждаю
Гаджиматамодов А.Х.



04.05.24

п/п	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 белокочанной с кукурузой		1	5	5	52	14
	Борщушка	95	5	3	4	63	
	Итого за Обед	605	28,4	29,3	76	750	14
	Итого за день						