

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

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

27.11.2023



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж	У		
	Борщ	250	2	4	12	110	19
	Тфтели 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 Гологлицкая СОШ. Утверждаю Гаджимогомедов А.Х.

28.11.2023





Меню на калорийность Гологинская СОШ. Утверждаю:  Гаджимаргомедов А.Х.

29.11.23

пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж	У		
	Суп гороховый	100	2	2	3	56	
	плов с говядиной	150	18	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
	Банан	100	1,5		0,2	21,8	95
	Итого за Обед	610	24,9			67	750
	Итого за день						14

Меню на калорийность Голотлинская СОШ. Утверждаю

Гаджимгомедов А.Х

30.11.23



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 кукурузой	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						






Меню на калорийность Голотлинская СОШ. Утверждаю: Гаджиматомедов А.Х

01.12.23



пшш	Наименование 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	
	Кашотг из смеси сухфруктов	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						

Меню на калорийность: Голотинская СОШ. Утверждено:  Гаджиматамедов А.Х.

02.12.23

п/п	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж	Углевод		
	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 белокочанной 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						



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
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6	25	220	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0,1	82	
	салат из капусты с горошком	60	1	5	52	14
	Хлеб пшеничный	60	4	28	160	
	Итого за Обед	810	19,2	68,1	799	27
	Итого за день					

Меню на калорийность Голотглинская СОШ. Утверждаю:  аджимагомедов А.Х.

04.12.23



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С
			Б	Ж	У		
	Борщ	250	2	4	12	110	19
	Тфтели 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	
	Хлеб пшеничный	60	4		28	160	10
	Итого за Обед		20,4	14,3	87	700	15
	Итого за день						

Меню на калорийность Голголинская СОШ. Утверждаю: Гаджиматомедов А.Х.



05.12.2023