

# МЕНЮ

2 неделя 1 день

1-4 классы

«УТВЕРЖДАЮ»



Директор

Шакирова Г.К.

10. 2025 г.

Кичикентская СОШ

| Наименование блюд                         | Выход | Калорийность |
|-------------------------------------------|-------|--------------|
| 1. Фрукты и ягоды свежие                  | 100   | 47           |
| 2. Фрикадельки «Особые» с соусом томатным | 50/50 | 261,21       |
| 3. Каша гречневая вязкая                  | 150/3 | 170          |
| 4. Чай полусладкий                        | 200/7 | 56           |
| 5. Хлеб пшеничный                         | 30    | 71           |
| 6. Хлеб ржаной                            | 20    | 44           |

Повар :

*Зигангараева*

Зигангараева Р.Р.

Завхоз:

*Саматова*

Саматова С.С.

# МЕНЮ

2 неделя 2 день

1-4 классы

| Наименование блюд              | Выход    | Калорийность |
|--------------------------------|----------|--------------|
| 1. Салат из свежей капусты     | 60       | 36           |
| 2. Плов из птицы               | 50/150   | 254,290      |
| 3. Чай с лимоном (полусладкий) | 200/10/7 | 62           |
| 5. Хлеб пшеничный              | 30       | 71           |
| 6. Хлеб ржаной                 | 20       | 44           |

Повар: *Зул*

Зигангарева Р.Р.

Завхоз: *Самат*

Саматова С.С.



«УТВЕРЖДАЮ»

Шакирова Г.К.  
21.10.2025 г.  
Кичкетанская СОШ

# МЕНЮ

2 неделя 3 день

1-4 классы



Шакирова Г.К.

22.10. 2025 г.  
Кичкетанская СОШ

| Наименование блюд                                      | Выход | Калорийность |
|--------------------------------------------------------|-------|--------------|
| 1. Салат из моркови                                    | 60    | 62,40        |
| 2. Биточки рыбные «Морячка» с соусом сметанным с луком | 50/40 | 122,6        |
| 3. Картофельное пюре                                   | 150   | 172          |
| 4. Напиток из сухофруктов полусладкий                  | 200   | 113          |
| 5. Хлеб пшеничный                                      | 30    | 71           |
| 6. Хлеб ржаной                                         | 20    | 44           |

Повар: *Зигангараева*

Зигангараева Р.Р.

Завхоз: *Саматова*

Саматова С.С.

# МЕНЮ

2 неделя 4 день

1-4 классы



«УТВЕРЖДАЮ»

Шакирова Г.К.

23.10. 2025 г.

Кичкетанская СОШ

| Наименование блюд                      | Выход | Калорийность |
|----------------------------------------|-------|--------------|
| 1.Салат из отварной свеклы             | 60    | 56           |
| 2. Котлеты «Любимые» с соусом томатным | 50/40 | 171,27       |
| 3. Каша пшенная вязкая                 | 150/3 | 175          |
| 4. Чай полусладкий                     | 200/7 | 56           |
| 5.Хлеб пшеничный                       | 30    | 71           |
| 6.Хлеб ржаной                          | 20    | 44           |

Повар : *Зигангараева Р.Р.* Зигангараева Р.Р.

Завхоз: *Саматова С.С.* Саматова С.С.

# МЕНЮ

2 неделя 5 день

1-4 классы

| Наименование блюд            | Выход | Калорийность |
|------------------------------|-------|--------------|
| 1. Салат Витаминный          | 60    | 43,80        |
| 2. Котлеты Школьные с соусом | 50/50 | 183,6        |
| 3. Пюре из гороха с маслом   | 150/3 | 232          |
| 4. Напиток из свежих яблок   | 200   | 76,30        |
| 5. Хлеб пшеничный            | 30    | 71           |
| 6. Хлеб ржаной               | 20    | 44           |

Повар : *Зигангараева Р.Р.*

Зигангараева Р.Р.

Завхоз: *Саматова С.С.*

Саматова С.С.



# МЕНЮ

2 неделя 6 день

1-4 классы

| Наименование блюд                    | Выход    | Калорийность |
|--------------------------------------|----------|--------------|
| 1.Плоды и ягоды свежие               | 100      | 47           |
| 2. Сосиски отварные с соусом томтным | 50/40    | 97,9         |
| 3. Каша гречневая вязкая с маслом    | 150/3    | 170          |
| 3. Чай с лимоном (полусладкий)       | 200/10/7 | 62           |
| 4.Хлеб ржаной                        | 20       | 44           |
| 5.Хлеб пшеничный                     | 30       | 71           |

Повар : *Зигангараева Р.Р.*

Зигангараева Р.Р.

Завхоз: *Саматова С.С.*

Саматова С.С.

