



Утверждаю :
Махмутов Х.Х.

Меню _____ 2025 г.

1 неделя 1 день

5-11 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	100/3	3,75	2,86	23,96	136,52	202
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,97	27,87	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	430
	Итого за прием пищи:	360	7,57	3,17	56,02	282,80	6/н

1 неделя 2 день

5-11 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	4,31	2,33	25,38	139,55	189
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	8,13	2,64	57,25	285,05	

1 неделя 3 день

5-11 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	3,03	3,82	15,04	106,27	181
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	6,85	4,13	46,91	251,77	

1 неделя 4 день

5-11 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	2,75	3,23	14,73	99,05	184
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	6,57	3,54	46,60	244,55	

1 неделя 5 день

5-11 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/3	5,67	3,88	25,61	159,80	323
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	9,49	4,19	57,48	305,30	

1 неделя 6 день

5-11 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВ	100/3	3,00	3,46	21,22	127,61	181
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,21	0,00	7,23	29,74	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	7,03	3,77	53,54	275,76	

2 неделя 1 день**5-11 класс**

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВ	100/3	3,75	2,86	23,96	136,52	202
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	7,57	3,17	55,83	282,02	

2 неделя 2 день**5-11 класс**

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	4,32	2,90	25,38	144,64	189
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	8,149	3,21	57,25	290,14	

2 неделя 3 день**5-11 класс**

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША «ДРУЖБА»	100/3	3,10	5,00	13,40	112,00	184
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	6,92	5,31	45,27	257,50	

2 неделя 4 день**5-11 класс**

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	2,99	3,79	14,86	105,16	189
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	6,81	4,10	46,73	250,66	

2 неделя 5 день**5-11 класс**

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧН.	100/3	3,15	2,82	2,51	119,84	184
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,21	0,00	7,23	27,74	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	7,18	3,13	52,83	267,99	

2 неделя 6 день**5-11 класс**

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ПЮРЕ ГОРОХОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	10,80	3,16	22,55	161,86	270
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	360	14,62	3,47	54,42	307,36	