

Циклическое меню МБОУ "СОШ с.Давыденко" для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2021 год.

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 "СОШ с.Давыденко"
 М.Х. Багаева
 2021 г.

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельника	Суп молочный с крупой (рис)	200	4,82	1,02	16,83	132,4
	Хлеб пшеничный	100	7,9	1	48,3	235
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
	Какао на молоке	100	1,84	1,74	7,31	52,73
	Итого	410	14,56	11,96	72,54	495,13
Вторник	Каша овсяная "Геркулес"	180	7,3	8,9	32	238
	Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Итого	465	13,26	17,85	78,44	530,51
Среда	Каша рисовая молочная жидкая	180	6,6	9,2	31,9	237
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
	Какао на молоке	100	1,84	1,74	7,31	52,73
	Итого	365	14,36	19,89	75,53	540,98

Четверг	Пятница	Суббота	Понедельник	Вторник	среда
Картофельное пюре					
Чай с лимоном					
Хлеб пшеничный					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)					
Сосиски "Особые халыль"					
Итого	485	410	535	285	465
Запеканка из творога	100	200	100	180	180
Хлеб пшеничный	75	100	75	75	75
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	10	10	10	10
Какао на молоке	100	100	100	100	200
Итого	285	410	535	285	465
Суп молочный с крупой (рис)					
Хлеб пшеничный					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)					
Какао на молоке					
Итого	285	410	535	285	465
Рис отварной					
Хлеб пшеничный					
Чай с лимоном					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)					
Сосиски "Особые халыль"					
Итого	285	410	535	285	465
Запеканка из творога					
Хлеб пшеничный					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)					
Какао на молоке					
Итого	285	410	535	285	465
Капша овсяная "Теркулес"					
Хлеб пшеничный					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)					
Чай с лимоном					
Итого	285	410	535	285	465
Капша рисовая молочная жидкая					
Итого	485	410	535	285	465
	150	200	100	180	180
	200	75	75	75	75
	10	10	10	10	10
	50	100	100	100	200
	485	410	535	285	465
	15,01	14,56	16,45	25,72	13,26
	17,96	5,74	17,96	7,3	6,6
	5,92	5,92	5,92	5,92	0,04
	0	0,04	0	0	0
	4,75	1,84	1,84	1,84	0,04
	6,75	1,74	1,74	1,74	0
	21,75	11,96	17,16	22,12	17,85
	11,43	1,46	11,43	8,9	9,2
	0,75	0,75	0,75	0,75	0
	8,2	0	8,2	8,2	0
	8,2	8,2	8,2	1,74	0
	1,74	1,74	1,74	7,31	10,12
	63,77	7,31	7,31	7,31	10,12
	559,2	52,73	52,73	52,73	41,26
	20,14	56,44	20,14	32	32
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	176,25
	75	75	75	75	75
	80,5	80,5	80,5	80,5	80,5
	537,21	495,13	624,15	559,2	530,51
	42,3	42,3	42,3	42,3	42,3
	10,12	10,12	10,12	10,12	10,12
	36,22	36,22	36,22	36,22	36,22
	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	7,31	10,12	10,12	7,31	10,12
	52,73	41,26	41,26	75	75
	88,74	72,54	102,88	63,77	78,44
	255,22	251,14	255,22	238	238
	176,25	176,25	176,25	176,25	

четверг		пятница		суббота	
Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
Какао на молоке	100	1,84	1,74	7,31	52,73
Итого	365	14,36	19,89	75,53	540,98
Картофельное пюре	150	4,3	6,05	42,3	164,2
Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
Сосиски "Особые халыль"	50	4,75	6,75		80,5
Итого	485	15,01	21,75	88,74	537,21
Рис отварной	200	5,74	1,46	56,44	251,14
Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
Сосиски "Особые халыль"	50	4,75	6,75		80,5
Итого	535	16,45	17,16	102,88	624,15