



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №1
Берсирова Л.Ю.
«29» 04 2024г.

1-4 классы ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|--|--------------|------|------|-------|--------|
| КАША ДРУЖБА | 200,00 | 6,00 | 9,80 | 24,10 | 168,90 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200,00 | 0,12 | 0,00 | 12,04 | 48,64 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ | 60,00 | 3,45 | 0,66 | 25,34 | 122,52 |
| ЯЙЦО ОТВАРНОЕ | 40,00 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100,00 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | 88,00 |

ОБЕД

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|--|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 60,00 | 0,66 | 0,06 | 1,44 | 9,60 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200,00 | 1,87 | 3,11 | 10,95 | 79,03 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР | 95,00 | 13,70 | 14,90 | 7,30 | 190,70 |
| РИС ОТВАРНОЙ | 150,00 | 3,80 | 5,08 | 40,20 | 225,10 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200,00 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ | 60,00 | 3,45 | 0,66 | 25,34 | 122,52 |

5-11 классы ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|--|--------------|------|-------|-------|--------|
| КАША ДРУЖБА | 255,00 | 8,00 | 10,80 | 30,10 | 253,40 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200,00 | 0,12 | 0,00 | 12,04 | 48,64 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ | 60,00 | 3,45 | 0,66 | 25,34 | 122,52 |
| ЯЙЦО ОТВАРНОЕ | 40,00 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 180,00 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | 88,00 |

ОБЕД

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|--|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 100,00 | 0,70 | 0,10 | 1,90 | 11,30 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250,00 | 2,34 | 3,89 | 13,61 | 98,79 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР | 105,00 | 15,30 | 16,29 | 8,15 | 213,07 |
| РИС ОТВАРНОЙ | 150,00 | 3,80 | 5,08 | 40,20 | 225,10 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200,00 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ | 80,00 | 4,60 | 0,88 | 40,32 | 163,20 |

Медсестра Пченашева А.Ш.

Шеф-повар Тлевцежева З.Н.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №1
Берсирова Л.Ю.
« 02 » 05 2024г.

1-4 классы ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|---|--------------|-------|-------|-------|--------|
| Тефтели из говядины с рисом, каша пшеничная рассыпчатая | 250,00 | 27,17 | 28,42 | 43,34 | 538,16 |
| Чай с сахаром | 200,00 | 0,12 | 0,00 | 12,04 | 48,64 |
| Хлеб пшеничный, Хлеб ржано пшеничный | 60,00 | 3,45 | 0,66 | 25,34 | 122,52 |
| овощи по сезону | 60,00 | 0,48 | 0,06 | 1,38 | 7,80 |

ОБЕД

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|---------------------------|--------------|-------|------|-------|--------|
| овощи по сезону | 60,00 | 0,48 | 0,06 | 1,38 | 7,80 |
| Рассольник Ленинградский | 200,00 | 4,02 | 9,04 | 25,90 | 119,68 |
| Курица тушеная с морковью | 100,00 | 14,10 | 8,70 | 4,40 | 126,40 |
| Каша пшеничная | 150,00 | 9,27 | 5,33 | 36,87 | 231,78 |
| Сок яблочный | 200,00 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 |
| Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,40 | 0,30 | 14,60 | 72,60 |
| Хлеб ржанопшеничный | 30,00 | 1,05 | 0,36 | 10,74 | 49,92 |

5-11 классы ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|---|--------------|-------|-------|-------|--------|
| Тефтели из говядины с рисом, каша пшеничная рассыпчатая | 250,00 | 18,48 | 22,70 | 51,16 | 516,39 |
| Чай с сахаром | 200,00 | 0,12 | 0,00 | 12,04 | 48,64 |
| Хлеб пшеничный | 40,00 | 1,96 | 0,40 | 17,92 | 84,00 |
| овощи по сезону | 100,00 | 0,70 | 0,10 | 1,90 | 11,30 |

ОБЕД

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|---------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| овощи по сезону | 100,00 | 0,48 | 0,06 | 1,38 | 7,98 |
| Рассольник Ленинградский | 250,00 | 5,03 | 11,30 | 32,38 | 149,60 |
| Курица тушеная с морковью | 100,00 | 14,10 | 8,70 | 4,40 | 126,40 |
| Каша пшеничная | 150,00 | 7,12 | 6,39 | 24,24 | 278,13 |
| Сок яблочный | 200,00 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 |
| Хлеб пшеничный | 40,00 | 1,96 | 0,40 | 17,92 | 84,00 |
| Хлеб ржанопшеничный | 40,00 | 2,64 | 0,48 | 22,40 | 79,20 |

Медсестра Т.И.С. Пченашева А.Ш.

Шеф-повар М.И. Тлевцежева З.Н.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №1
Берсирова Л.Ю.
« 03 » 05 2024г.

1-4 классы ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|-----------------------------|--------------|------|-------|-------|--------|
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | 205,00 | 5,17 | 4,20 | 32,66 | 171,13 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200,00 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30,00 | 2,40 | 0,30 | 14,60 | 72,60 |
| СЫР ТВЕРДЫЙ МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 35,00 | 5,90 | 14,57 | 0,10 | 157,00 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100,00 | 3,00 | 0,00 | 19,60 | 88,00 |

ОБЕД

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|-----------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 60,00 | 0,48 | 0,06 | 1,98 | 8,40 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200,00 | 2,26 | 2,29 | 17,41 | 99,27 |
| КОТЛЕТА ГОВЯЖЬЯ | 95,00 | 13,78 | 15,12 | 7,40 | 228,00 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150,00 | 5,82 | 3,62 | 15,00 | 175,87 |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 200,00 | 0,16 | 0,00 | 44,99 | 125,64 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30,00 | 2,40 | 0,30 | 14,60 | 72,60 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30,00 | 1,05 | 0,36 | 10,74 | 49,92 |

5-11 классы ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|-----------------------------|--------------|------|-------|-------|--------|
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | 205,00 | 5,17 | 4,20 | 32,66 | 171,13 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200,00 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30,00 | 2,40 | 0,30 | 14,60 | 72,60 |
| СЫР ТВЕРДЫЙ МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 35,00 | 5,90 | 14,57 | 0,10 | 157,00 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100,00 | 3,00 | 0,00 | 19,60 | 96,00 |
| | | | | | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Масса порции | Б | Ж | У | Ккал |
|-----------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 100,00 | 0,70 | 0,10 | 1,90 | 11,30 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200,00 | 2,26 | 2,29 | 17,41 | 99,27 |
| КОТЛЕТА ГОВЯЖЬЯ | 95,00 | 13,78 | 15,12 | 7,40 | 228,00 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150,00 | 5,82 | 3,62 | 15,00 | 175,87 |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 200,00 | 0,16 | 0,00 | 44,99 | 125,64 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30,00 | 2,40 | 0,30 | 14,60 | 72,60 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30,00 | 1,05 | 0,36 | 10,74 | 49,92 |

Медсестра Тел Пченашева А.И.

Шеф-повар Тл Тлевцежева З.Н.