Утверждаю: Директор МБОУ» СШ№ с.Ахмат-Юрт им. М.З.Айдамирова» ______3.Н.Ирасханова

Утверждаю меню На 2025-2026 учебный год МБОУ «СШ№3 с.Ахмат-Юрт им.М.З.Айдамирова»

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельника	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Картофельное пюре №377	100	2,7	4	5,8	70
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
힏	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
_	Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84
Вторник	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	11,59	11,06	95,69	528,66
Среда	Омлет с сыром №275	80	9,3	12,4	1,5	155
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	430	15,34	21,7	52,07	465,14
эþг	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35
Четверг	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59
Пятница	Рыба припущенная №296	75	13	0,5	0,8	59,7
	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Итого	485	22,58	16,55	49,67	437,95

Масло Сливочное № 179 135 15,9 15,00	59,7
Мисло Сливочное № 179 135 15,9 15,9 15,00	139,78
Трече отварная №4,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Того Трече отварной №2304 Того Того Трече отварной №2304 Того Того	116,82
Трече отварная №4,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Того Трече отварной №2304 Того Того Трече отварной №2304 Того Того	39,02
Трече отварная №4,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Того Трече отварной №2304 Того Того Трече отварной №2304 Того Того	74,64
Трече отварная №4,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Трече отварная №24,3 Того Трече отварной №2304 Того Того Трече отварной №2304 Того Того	188,3
второв № 120 № 15.9 1.52 1.35 15.9 17.2 14.4 16.8 15.9 17.2 14.4 16.8 16.8 15.9 17.2 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 16.8 17.2 17.8 16.8 17.2 17.8 17.8 17.2 18.4 18.2 17.2 18.2	618,26
Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 15,9 3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 27,8 3 Итого 600 26,74 22,45 102,67 3 Мюсли с молоком №179 135 15,9 7,7 15 3 Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6 24,14 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3 4,06 25,76 3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 4,06 25,76 3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 4,	182,5
Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 27,8 Итого 600 26,74 22,45 102,67 Мюсли с молоком №179 135 15,9 7,7 15 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6 24,14 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 Треча отварная №4,3 100 5,73 4,06 25,76 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 Масл о сливоничный 50 3,94	
ВОЛОКО №338 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 27,8 Итого 600 26,74 22,45 102,67 Мюсли с молоком №179 135 15,9 7,7 15 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6 24,14 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 Итого 485 21,94 17 65,57 1 Греча отварная №4,3 100 5,73 4,06 25,76 1 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 1 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 1 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 1 Итого 500 17,55 17,66 95,8 0 Масло сливочное №304 100 2,43 3,58 24,46 1 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 1 Ода с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 1 Масло сливочное (порциями) №14 10 0,08 8,2 0,13 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 1	81,83
ВОЛОКО №338 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 27,8 Итого 600 26,74 22,45 102,67 Мюсли с молоком №179 135 15,9 7,7 15 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6 24,14 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 Итого 485 21,94 17 65,57 1 Греча отварная №4,3 100 5,73 4,06 25,76 1 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 1 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 1 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 1 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 1 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 1 Итого 500 17,55 17,66 95,8 0 Масло сливочное (порциями) №14 10 0,08 8,2 0,13 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 1 Алеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 1 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 1	116,82
ВОЛОКО №338 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 27,8 Итого 600 26,74 22,45 102,67 Мюсли с молоком №179 135 15,9 7,7 15 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6 24,14 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 Итого 485 21,94 17 65,57 1 Греча отварная №4,3 100 5,73 4,06 25,76 1 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 1 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 1 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 1 Итого 500 17,55 17,66 95,8 0 Масло сливочное №304 100 2,43 3,58 24,46 1 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 1 Ода с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 1 Масло сливочное (порциями) №14 10 0,08 8,2 0,13 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 1	74,64
Итого 600 26,74 22,45 102,67 Мюсли с молоком №179 135 15,9 7,7 15 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6 24,14 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 Итого 485 21,94 17 65,57 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 2 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 1 Итого 500 17,55 17,66 95,8 0 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 24,46 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55	75,6
В В В В В В В В В В В В В В В В В В В	188,3
Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 3 Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6 24,14 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 16,8 17 Итого 485 21,94 17 65,57 17 17 65,57 17 18 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 17 18<	719,69
Длеб пшеничный 60 4,73 0,6 24,14 1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 1 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 1 Итого 485 21,94 17 65,57 1 Греча отварная №4,3 100 5,73 4,06 25,76 1 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 1 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 2 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 3 Итого 500 17,55 17,66 95,8 0 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 24,46 2 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 Яблоко №338 <td>194</td>	194
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 16,8 17,00 №338 80 1,2 0,4 16,8 17,00 №338 100 5,73 4,06 25,76 100 100 100 100 100 100 100 100 100 10	39,02
Итого 485 21,94 17 65,57 19 Бара Греча отварная №4,3 100 5,73 4,06 25,76 3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 24,46 3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	120,88
Итого 485 21,94 17 65,57 19 Бара Греча отварная №4,3 100 5,73 4,06 25,76 3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 24,46 3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	74,64
Греча отварная №4,3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 Итого 500 17,55 17,66 95,8 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 24,46 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8	75,6
Удеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3 Итого 500 17,55 17,66 95,8 6 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	504,14
Удеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3 Итого 500 17,55 17,66 95,8 0 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	162,5
В рис Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 2 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 9,5 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3 Итого 500 17,55 17,66 95,8 6 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	116,82
Итого 500 1,2 0,4 16,8 1,8 Итого 500 17,55 17,66 95,8 0 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 24,46 3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	218,4
Итого 500 1,2 0,4 16,8 1,8 Итого 500 17,55 17,66 95,8 0 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 24,46 3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	39,02
Рис отварной №304 100 2,43 3,58 24,46 3 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8	75,6
Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	612,34
Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 24,14 3 Чай с лимоном №459 180 0,02 0,09 8,55 3 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 0,13 3 Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 3 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	70
Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	120,88
Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	35,09
Котлета куриная 70 6,65 12,6 19,6 2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 16,8 3	74,64
	218,4
	75,6
Итого 490 14,32 25,37 93,68	594,61