

МАКСКАЯ СОЛН

X. Юмадзе/

05.11.2024


[illegible]

Директор МАОУ "Лайтамдаская СОШ2

3.Х.Юмадеева/

06.11.2024

[illegible]

Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"  Утвержаю:

З.Х. Юмадеева/

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 3

07.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311-2004	Каша из овсянки "Геркулес"	200	23,00	203	7,5	7,7	26
	гор.напиток	642-1996	Какао на молоке	200	13,29	127,2	3,4	3,2	21,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1	0,3	8,1
		458-2006	Фрукты в ассортименте	150	30,71	37,9	0,2	0,3	8,6
			Йогурт молочный	125	13,67	38,7	1,8	1,5	4,5
Завтрак 2		001-2004	бугерброд с маслом с сыром	5/20/15	22,87	126	6,1	7,8	7,9
Обед	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	14,22	58,7	0,7	5,1	2,50
	1 блюдо	132-2004	Рассольник с мясом	10/250/5	29,45	143,5	7,2	5,9	15,4
	2 блюдо	494-2004	Бедро кур. запеченная с соусом	100	37,5	203,5	16,2	15,1	0,7
	гарнир	520-2004	Пюре картофельное	180	10,89	175,5	3,9	5,9	26,7
	сладкое	639-2004	Компот из сухофруктов	200	6,85	98,4	0,7	0	23,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	2	0,6	16,2
		458-2006	Фрукты	150	31,16	37,9	0,2	0,3	8,6

Утверждаю:
Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"
 / И.Х. Юмадеева/

Школа МАОУ "Лайтамакская СОШ" Отд./корп День 4 08.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	431-2004	Печень говяжий тушеный	120	50,71	190,9	14,3	12,9	4,4
	гарнир	516-2004	Макароны отварные	180	8,71	210,2	3,8	3,4	41,1
	гор.напиток	639-2004	Компот из сухофруктов	200	6,85	98,4	0,7	0	23,9
		518-2013	Сок	200	15,35	89,6	0,4	0	22
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1	0,3	8,1
Завтрак 2		458-2006	Фрукты	150	21,92	37,9	0,2	0,3	8,6
Обед	закуска	22-2013	Овощи по сезону	100	9,72	63,9	1	5,1	3,5
	1 блюдо	113-2004	Борщ с мясом и сметаной	10/250/5	26,5	151,5	4,9	5,9	19,7
	2 блюдо	370-2013	Плов из мяса	200	70,25	399,5	15,4	15,9	48,7
			Кондитер.изделие в ассортименте	30	20,83	173	8	8,7	15,7
	сладкое	685-2004	Чай с сахаром	200	2,77	60,8	0,2	0	15
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	2	0,6	16,2

Утверждаю:
Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ" 
З.Х. Юмадеева/

Школа МАОУ "Лайтамакская СОШ" Отд./корп День 5 11.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	363-2013	Мясо тушенное	200	54,35	308,1	12,5	20,май	18,4
	гарнир	508-2004	Каша гречневая вязкая	180	13,03	285,9	3,7	7,9	50
	гор.напиток	642-1996	Какао на молоке	200	13,29	127,2	3,4	3,2	21,2
	Хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1	0,3	8,1
		458-2006	Фрукты	130	15,87	86,5	0,6	0,5	19,9
			Кондитерская изделия ассорти (вафли)	60	7,00	157,7	1,8	2,5	32
Завтрак 2									
Обед	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	9,72	58,7	0,7	5,1	2,5
	1 блюдо	148-2004	Суп лапша домашняя с курицей	250	16,37	97,7	2,4	5,3	10,1
	2 блюдо	498-2004	Биточки кур.запеченные	100/5	19,67	248,5	11,4	4,3	35
	гарнир	512-2004	Рис отварной	180	10,62	196,6	4,4	5,17	40,42
	сладкое	690-2004	Кофейный напиток с молоком	200	10,79	90,9	2,3	2,5	14,8
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	0,2	0,6	16,1
				150	31,40	37,9	0,2	0,3	8,6
				Фрукты					
				Кондит. изделие в ассортименте(конфеты)	50	31,50	185	5,5	4,8
									30

Утверждаю:
Директор "Лайтамакская СОШ" /З.Х. Юмадеева/

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 6

12.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	512-2004	Рис припущенный	180	10,62	196,6	4,4	4,3	35
	гор.блюдо	410-2013	Фрикадельки из кур	100	31	162,9	10,8	10,9	5,4
	гор.напиток	642-1996	Какао на молоке	200	13,54	127,2	3,4	3,2	21,2
		458-2006	Фрукты	130	30,18	86,5	0,6	0,5	19,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	0,1	0,3	8,1
Завтрак 2			Кондитер.изделие в ассортименте (пряник)	30	18,20	173	8,7	15,7	8
Обед	закуска	22-2013	Овощи по сезону	100	9,72	63,9	0,1	5,1	3,5
	1 блюдо	147-2013	Суп с макаронными изделиями с курицей	250/10	18,47	158,1	7,3	6,1	18,5
	2 блюдо	454-2004	Котлеты по-хлыновски	100	37,71	237,7	14,1	14,5	12,5
	гарнир	113-2004	Каша гречневая вязкая	180	12,53	173,4	0,2	5,4	29,2
	сладкое	639-2004	Компот из сухофруктов	200	6,85	98,4	0,7	0	23,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	0,2	0,6	16,1
		458-2006	Фрукты	150	44,79	37,9	0,2	0,3	8,6

Утверждаю:
директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"

З.Х. Юмадеева/

Школа МАОУ "Лайтамакская СОШ" Отд./корп День 7 13.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	436-2004	Жаркое по домашнему	250	65,19	352,9	15,7	17,9	32,3
	гор.напиток	639-2004	Компот из сухофруктов	200	6,85	98,4	0,7	0	23,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	0,1	0,3	8,1
			Кондитерское изделия	30	8,18	132	1,2	4,8	21,1
		458-2006	Фрукты	100	16,32	59,2	0,4	0	14,4
			Кондитер.изделие в ассортименте(вафли)	30	7,00	173	0,8	8,7	15,7
Завтрак 2									
Обед	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	14,22	63,9	0,1	5,1	3,5
	1 блюдо	135-2004	Суп из овощей с курицей со сметаной	250/10/5	22,63	144,3	5,9	6,3	16
	2 блюдо	437-2004	Гуляш	100	40,71	117,5	9,1	7,5	3,4
	гарнир	516-2004	Макароны отварные со слив.маслом	180	8,75	210,2	3,8	3,4	41,1
	сладкое	685-2004	Чай с сахаром	200	2,77	60,8	0,2	0	15
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	0,2	0,6	16,1
			Фрукты	150	22,99	37,9	0,2	0,3	8,6
			Кондитер.изделие в ассортименте(конфеты)	15	18,00	27,7	0,4	0,5	5,4

Утверждаю:
Директор МАОУ "Лайтамакская сош"
Ис.Х.Юмадеева/

Школа МАОУ "Лайтамакская СОШ" Отд./корп День 8 14.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	370-2013	Плов из мяса	250	60,02	399,5	15,4	15,9	48,7
	гор.напиток	686-2004	Чай "Цитрусовый заряд"	200/20/10	8,74	62,8	0,2	0	15,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	0,1	0,3	8,1
		458-2006	Фрукты	150	19,91	37,9	0,2	0,3	8,6
		17-2013	Овощи по сезону	100	14,87	61,45	0,2	1,42	0,82
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	22-2013	Овощи по сезону	100	9,72	63,9	0,1	5,1	3,5
	1 блюдо	154-1996	Суп -харчо с мясом	250/10	22,06	167,1	7,4	5,5	22
	2 блюдо	436-2004	Жаркое по домашнему	250	67,14	352,9	15,7	17,9	32,3
	сладкое	690-2004	Кофейный напиток с молоком	200	10,79	90,9	2,3	2,5	14,8
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	0,2	0,6	16,1
			Фрукты	150	20,36	37,9	0,2	0,3	8,6

Утверждаю:
Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"
Алиф /З.Х. Юмадиева/

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 9

15.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	451-2004	Биточки из говядины	100	33,37	236,2	10,1	14,2	17
	гор.напиток	639-2004	Компот из сухофруктов	200	6,85	98,4	0,7	0	23,9
	гарнир	516-2004	Макароны отварные	180	6,91	210,2	3,8	3,4	41,1
		22-2013	Овощи по сезону	100	14,22	63,9	1	5,1	3,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1	0,3	8,1
			Йогурт продукт в индивидуальной упаковке	125	13,67	38,7	1,8	1,5	4,5
		458-2006	Фрукты	150	28,52	37,9	0,2	0,3	8,6
Завтрак 2									
Обед	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	14,87	58,7	0,7	5,1	2,5
	1 блюдо	132-2004	Рассольник с мясом	10/250/5	22,66	113,2	4,1	5,2	12,5
	2 блюдо	388-2004	Рыба запеченная	100	35,15	158,3	9,3	8,3	41,1
	гарнир	208-2004	Картофель толченый по деревенски	180	17,46	220,9	4,9	7,7	33
	сладкое	686-2004	Чай с лимоном	200/20/10	5,07	62,8	0,2	0	15,5
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	2	0,6	16,1
			Фрукты	150	34,86	37,9	0,2	0,3	8,6

Утверждаю:
директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"
И.Х. Юмадеева

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./кorp

день 10

18.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	498-2004	Биточки куриные запеченные	100/5	22,72	248,5	11,4	15,2	11,2
	гор.напиток	690-2004	Кофейный напиток с молоком	200	10,79	90,9	2,3	2,5	14,8
	гарнир	520-2004	Картофельное пюре	180	12,42	175,5	3,9	5,9	26,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1	0,3	8,1
		458-2006	Фрукты	150	29,75	37,9	0,2	0,3	8,6
Застрак 2		560-2013	Булочка "Нежная"	80	27,86	214	6	8,9	27,5
Обед		71-2004	Винегрет овощной	100	15,23	110,5	1,5	5	14,9
	1 блюдо	124-2004	Ци мясной, со сметаной	10/250/10	17,84	138,31	5,79	7,77	11,21
	2 блюдо	370-2013	Плов из мяса	250	61,71	399,5	15,4	15,9	48,7
		458-2013	Фрукты	150	18,29	37,9	0,2	0,3	8,6
	сладкое	505-2013	Кисель	200	10,00	89	0,3	0,2	21,5
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	2	0,6	16,1
			кондитерские изделия в ассортименте (вафли)	20	7,00	173	8	8,7	15,7

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 11

19.11.2024

Утверждаю:

Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"
/З.Х.Юмадева/



Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	437-2004	Гуляш из говядины	100	38,96	117,5	9,1	7,5	3,4
	гор.напиток		Сок	200	15,25	38,99	0,2	0	10,02
	гарнир	516-2004	Макаронны отварные	180	6,91	210,2	3,8	3,4	41,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1	0,3	8,1
		17-2013	Овощи по сезону	60	9,72	61,45	0,1	7,1	4,2
		458-2006	Фрукты	150	32,7	37,9	0,2	0,3	8,6
			кондитер изделия	30	13,83	132	1,2	4,8	21,10
			Овощи по сезону	100	9,72	58,7	0,7	5,1	2,5
		17-2013							
Обед			Суп с макаронными изделиями с курицей	10/250	18,48	158,1	7,3	6,1	18,5
	1 блюдо	147-2013							
	2 блюдо	006-2011	Рагу из мяса	250	70,02	361,5	15,8	20,7	28
	сладкое	518-2013	Сок	200	15,25	89,6	0,4	0	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	2	0,6	16,2
		685-2004	Чай с сахаром	200	2,77	60,8	0,2	0	15

Утверждаю:
Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"
Л.З.Х. Юмадеева/

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корм

День:12

20.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	494-2004	Бедро кур. запеченная с соусом	90	44,19	183,2	14,6	13,6	0,6
	гор. напиток	639-2004	Компот из сухофруктов	200	6,85	77	0,5	0	18,8
	гарнир	510-2004	Каша гречневая вязкая	150	8,79	148,6	1,7	7,5	24,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1	0,3	8,1
		458-2006	Фрукты	150	13,89	37,9	0,2	0,3	8,6
			Бутерброд с сыром с маслом	5/20/15	22,02	126	6,1	7,8	7,9
		001-2004							
			кондитер.изделие в ассортименте(пряник)	50	7,8	185	5,5	4,8	30
Завтрак 2									
Обед	закуска	22-2013	Овощи по сезону	100	14,87	63,9	1	5,1	3,5
	1 блюдо	124-2004	Ци мясной, со сметаной	10/250/5	20,42	129,7	5,8	6,5	12
	2 блюдо	59-2006	Котлеты школьные	120	24,61	209,9	14,1	10,3	15,2
	гарнир	516-2004	Макаронны отварные	180	8,75	210,2	3,8	3,4	41,1
	сладкое	642-1996	Какао на молоке	200	13,29	127,2	3,4	3,2	21,2
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	2	0,6	16,2
		458-2006	Фрукты	130	35,13	86,5	0,6	0,5	19,9
кондитерские изделия в ассортименте				50	13,00	157,7	1,8	2,50	32

Утверждаю:
Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"

/З.Х.Юмадеева/

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 13

21.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	113-2004	Борщ с мясом и сметаной	10/250/5	24,78	151,5	4,9	5,9	19,7
	гор.напиток	642-1996	Какао на молоке	200	13,29	127,2	3,4	3,2	21,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1	0,3	8,1
	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	14,22	63,9	1	5,1	3,5
		458-2006	Фрукты	130	35,65	63	0,4	0,4	14,4
Завтрак 2			Кондитерское изделия	0,06	15,60	132	1,2	4,8	21,1
Обед	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	14,22	58,7	0,7	5,1	2,5
	1 блюдо	132-2004	Рассольник с мясом	10/250/5	29,45	143,5	7,2	5,9	15,4
	2 блюдо	494-2004	Бедро кур. запеченная с соусом	100	40,84	203	16,2	15,1	0,7
	гарнир	520-2004	Пюре картофельное	180	15,99	175,5	3,9	5,9	26,7
	сладкое	639-2004	Компот из сухофруктов	200	6,85	98,4	0,7	0	23,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	2	0,6	16,2
		458-2006	Фрукты	150	22,72	37,9	0,2	0,3	8,6

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 14

22.11.2024

Утверждаю:
Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"
И.Х. Юмадеева

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	341-2013	Рыба запеченная	100	26,24	284,8	23,8	18,8	5,1
	гарнир	516-2004	Макароны отварные со слив. маслом	180	7,91	210,2	3,8	3,4	41,1
			Йогурт продукт в индивидуальной упаковке	125	13,67	38,7	1,8	1,5	4,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1	0,3	8,1
	горяч. напиток	505-2013	Кисель	200	10,00	89	0,3	0,2	21,5
Завтрак 2		458-2006	Фрукты	150	45,72	37,9	0,2	0,3	8,6
	фрукты								
			хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	2	0,6	16,2
Обед		22-2013	Овощи по сезону	100	16,89	63,9	1	5,1	3,5
	1 блюдо	113-2004	Борщ с мясом и сметаной	10/250/5	26,36	151,5	4,9	5,9	45126
	2 блюдо	370-2013	Плов из мяса	250	70,29	399,5	15,4	15,9	48,7
			кондитер. изделие в ассортименте(пряник)	30	13,91	173	8,00	8,7	15,7
	сладкое	685-2004	Чай с сахаром	200	2,62	60,8	0,2	0	15

Утверждаю:
Директор МКОУ "Лайтамакская СОШ"
Исмаилов /З.Х.Юмадиева/

Школа

МКОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 15

25.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ р.с.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша манная со слив.маслом	200/5	22,27	196,3	5,1	7,1	28
	гарнир								
	гор.напиток	690-2004	Кофейный напиток с молоком	200	10,79	90,9	2,3	2,5	14,8
	Хлеб	003-2004	бутерброд с сыром	20/15	17,84	5,3	3,7	7,2	83,3
		71-2004	винегрет овощной	100	17,70	110,5	1,5	5	14,9
		458-2006	Фрукты	150	34,94	37,9	0,2	0,3	8,6
			хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1	0,3	8,1
	Завтрак 2	Фрукты							
Обед									
	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	14,22	58,7	0,7	5,1	2,5
	1 блюдо	148-2004	Суп-лапша домашняя с курицей	250	15,96	97,7	2,4	5,3	10,1
	2 блюдо	498-2004	Биточки куриные запеченные	100/5	19,71	248,5	11,4	15,2	11,2
	гарнир	512-2004	Рис отварной	180	10,69	196,6	4,4	4,3	35
	сладкое	690-2004	кофейный напиток с молоком	200	10,79	90,9	2,3	2,5	14,8
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	2,00	0,6	16,1
			Фрукты	150	31,7	37,9	0,2	0,3	8,6
			кондитерские изделия в ассортименте(конфеты)	15	27,00	27,7	0,4	0,5	5,4

26.11.2024

Директор МАОУ _____

День 1

[illegible]

Директор МАОУ "Литиамасская СОШ"

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

День 18

28.11.2024

[illegible]

27.11.2024

Директор МАОУ

13.12.2013

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	493-2004	Фрикасе из птицы	100	31,34	245,1	18,5	18,7	0,7
	гарнир	512-2004	Рис отварной	180	12,91	196	4,4	4,3	35
	гор.напиток	639-2004	Компот из сухофруктов	200	6,85	98,4	0,7	0	23,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,16	38,9	1,00	0,3	8,1
			Йогурт продукт в индивидуальной упаковке	125	13,67	38,7	1,8	1,5	4,5
			Бутерброд с маслом и с ыром	5/20/15	22,02	126	6,1	7,8	7,9
		458-2006	Фрукты	150	16,75	37,9	0,2	0,3	8,6
Завтрак 2									
Обед	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	14,22	63,9	1,00	5,1	3,5
	1 блюдо	135-2004	Суп из овощей с курицей со сметаной	250/10/5	22,62	144,3	5,9	6,3	16
	2 блюдо	437-2004	Гуляш	100	40,89	117,5	9,1	7,5	3,4
	гарнир	516-2004	Макароны отварные со слив.маслом	180	8,75	210,2	3,8	3,4	41,1
	сладкое	685-2004	Чай с сахаром	200	2,77	60,8	0,2	0	15
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,33	77,8	2,00	0,6	16,1
			Кондитерские изделия в ассортименте(конфеты)	15	13,50	27,7	0,4	0,5	5,4
		Фрукты	150	27,32	37,9	0,2	0,3	8,6	

Утверждаю:
МАОУ "ЛАЙТАМАКСКАЯ СОШ"
_____/Нигматуллина Н.Т/

29.11.2024

[illegible]