

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 11

19.02.2025

Утверждено:
 Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"
 Юмадева /



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311-2004	каша рисовая	200	26,04	198	6,4	7,2	27
	гор.напиток	690-2004	кофейный напиток хлеб ржаной	200	11,00	90,9	2,3	2,5	14,8
			витаминизированный	20	2,13				
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,11	38,9	1	0,3	8,1
		№3-2004	бутерброд с сыром	20/15	17,69	83,3	5,3	3,7	7,2
		458-2006	фрукты	130	34,47	86,5	0,6	0,5	19,9
			хлеб ржаной	20	7,26	41,3	0,7	0,1	9,4
			Хлеб пшеничный витаминизированный	20	7,13				
Обед			салат из свежих помидоров	100	20,14	63,9	1	5,1	3,5
		22-2013							
			суп из овощей на мясом бльоне со сметаной	250/5	17,95	128,4	4,4	5,2	16
	1 блюдо	135-2004	запеканка картоф. с	200/5	76,82	429,7	20,2	26,9	26,7
	2 блюдо	157-2004	мясом отварным	200	15,25	90	0,4	0	22
	сладкое	518-2013	сок	40	8,24	77,8	2	0,6	16,2
			хлеб пшеничный	40	8,24	81	1,9	0,4	17,5

Школа

МАОУ "Лайтаммакская СОШ"

Отд./корп

Директор МАОУ "Лайтаммакская СОШ"

М.З.Х. Юмадиева /

Лайтаммакская СОШ

Утверждено:

День 12

20.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	437-2004	гуляш из говядины	100	62,52	117,5	9,1	7,5	3,4
	гор.напиток	642-1996	какао с молоком	200	14,13	127,2	3,4	3,2	21,2
	гарнир	508-2004	каша гречневая рассыпчатая	150	15,55	199,7	3,1	6,6	32
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,11	38,9	1	0,3	8,1
			№10-2013	салат из морковис изюмом	80	11,39	55,8	1	0,1
Завтрак 2			хлеб ржаной	20		41,3	0,7	0,1	9,4
Обед	закуска	66-2013	салат картофельный с огурцами	100	7,21	85	1,6	5	8,4
	1 блюдо	119-2006	уха ростовская	250/30	63,04	150,5	5,5	5,9	18,9
	2 блюдо	410-2013	фрикадельки из кур (2шт по 50г)	100	43,20	162,9	10,8	10,9	5,4
	гарнир	516-2004	макаронны отварные	180	8,53	210,2	3,8	3,4	41,1
	сладкое								
	хлеб бел.								
		705-2004	напиток из шиповника	200	8,18	89,8	0,2	0	22,2
			хлеб ржаной	20		41,3	0,7	0,10	9,4



Директор MAOU "Лайтамакская СОШ" /З.Х.Юмадеева/

Утверждено:

Школа

MAOU "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 13

21.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	400-2004	суфле рыбное	90	60,06	147,8	12,8	9	3,9
	гор.напиток								
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,11	38,9	1	0,3	8,1
	закуска	70-2006	овощи свежие	60	12,18	7,9	0,5	0,1	1,3
		520-2004	пюре картофельное	150	16,1	147	3,3	4,4	23,5
Завтрак 2	518-2013	сок	200	15,25	138	0,5	0	34	
			хлеб ржаной	20		41,3	0,7	0,1	9,4
Обед	закуска	101-2004	икра кабачковая д/детского питания	100	8,66	68,1	1,4	4,5	5,5
	1 блюдо		борщ "украинский"	250/10/5	34,79	151,5	4,9	5,9	19,7
	2 блюдо	423-2004	бефстроганов из говядины	100	48,51	170,5	12,5	10,9	5,6
	гарнир	416-2013	рис "Мозаика"	180	30,61	233,7	3,2	7,7	37,9
	сладкое	511-2013	компот из ягод	200	3,49	116,2	0,5	0,2	28,1
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	12,34	116,8	3	0,8	24,3
			хлеб ржаной	40		81	1,9	0,4	17,5

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

24.02.2025



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

День 14

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	362-2004	пудинг творожный запеченный с молоком	180/20	74,39	337,9	15,4	11,5	43,2
	гарнир								
		№1-2004	бутерброд с маслом	20;5	10,25	71,1	1,7	3,9	7,3
	хлеб		хлеб ржаной	20	7,26	41,3	0,7	0,1	9,4
	горяч.напиток	685-2004	чай с сахаром	200	2,11	60,8	0,2	0	15
Завтрак 2			йогурт молочный	125	13,69	38,7	1,8	1,5	4,5
Обед		№1-2013	салат из капусты	100	9,43	91,5	2,1	5,1	9,3
		639-2004	компот из сухофрукт.	200	7,55	98,4	0,7	0	23,9
	1 блюдо	132-2004	рассольник ленинградский	250/10/5	25,24	143,5	7,2	5,9	15,4
	2 блюдо	436-2004	жаркое по-домашнему	250	67,36	352,9	15,7	17,9	32,3
		458-2006	фрукты	100	16,48	59,2	0,40	0	14,4
			хлеб пшеничный	60	12,34	116,8	3	0,8	24,3



Утверждаю:
 Директор MAOU "Лайтамасская СОШ"
 /З.Х. Юмадиева/

Школа MAOU "Лайтамасская СОШ" Отд./корм День 15 25.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рел.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	498-2004	Биточки рубленные из птицы запеченные	90/5	42,77	227,2	11,4	15,2	11,2
	гарнир	512-2004	рис припущенный	150	11,68	166	3,7	3,6	29,7
	гор.напиток		чай " витаминный"	200	6,05	82,9	0,7	0,1	19,8
	Хлеб		хлеб ржаной	20	7,26	41,3	0,7	0,1	9,4
		458-2006	фрукт	150	39,94	37,9	0,2	0,3	8,6
			хлеб ржаной витамин.	20					
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	70-2006	Овощи по сезону	100	20,37	11,3	0,7	0,1	1,9
	1 блюдо	138-2004	суп с крупой с курицей	250/10	21,86	164	6,5	6,4	20,1
	2 блюдо	388-2004	котлета рыбная запеченная	100	52,22	176,3	10,3	9,3	12,9
	гарнир	208-2013	картофель толченый	180	22,87	220,9	4,9	7,7	33
	сладкое	585-1996	компот из свежих плодов	200	8,74	83,2	0,2	0	20,6
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	60	12,34	116,8	3,00	0,8	24,3
			хлеб ржаной	40		81	1,9	0,4	17,5

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 16

26.02.2025



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

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	311-2004	каша манная жидкая	200/5	24,63	196,3	5,1	7,1	28
	гор.блюдо								
	гор.напиток	686-2004	чай с лимонами апельсином	200/20/10	9,69	62,8	0,2	0	15,5
		564-2013	булочка домашняя	100	28,98	249,4	3,8	7,8	41
	хлеб		хлеб пшеничный кондит.изделие промыш.производства	20	4,11	38,9	1	0,3	8,1
			хлеб пшеничный витамин.	15	40,29	27,7	0,4	0,5	5,4
				20					
Завтрак 2	Фрукты								
Обед	закуска	71-2004	винегрет овощной	100	16,22	110,5	1,5	5	14,9
	1 блюдо	148-2004	суп-лапша домашняя	250	8,80	97,7	2,4	5,3	10,1
	2 блюдо	404-2013	птица отварная	100	64,45	256,5	23,6	17,7	0,7
	гарнир	534-2004	капуста тушеная	180	15,68	116,7	3,7	4,7	14,9
	сладкое								
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	40	8,24	77,8	2	0,6	16,2
	512-2013	компот из изюма	200	9,11	103,2	0,3	0	25,5	
		хлеб пшеничный витамин.	40	15,90					

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

День 17

27.02.2025



Утверждено:
 С.А.Ибрагимов
 /З.Х.Юмадева/

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	313-2013	запеканка из творога	180/20	80,75	292	18,1	12,8	26,1
	гарнир								
	гор.напиток	685-2004	чай с сахаром	200	2,11	60,8	0,2	0	15
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,11	38,9	1,00	0,3	8,1
		313-2013	бургерборд с джемом	20/25	7,04	93	1,8	0,2	21
			йогурт молочный	125	13,69	38,7	1,8	1,5	4,5
Завтрак 2									
Обед	закуска	56-2013	салат из моркови с сыром	100	22,89	137,1	5,50	9,5	7,4
	1 блюдо	134-2004	суп крестьянский с крупой со сметаной	250/5	11,34	128	3,1	5,2	17,2
	2 блюдо	347-2013	фрикадельки рыбные	100/5	62,4	160,8	12,8	8,8	7,6
	гарнир	512-2004	рис припущенный	180	14,18	196,6	4,4	4,3	35
	сладкое								
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	60	12,34	116,8	3,00	0,8	24,3
		518-2013	сок в ассортименте	200	15,25	89,6	0,4	0	22
			хлеб ржаной	40		81	1,9	0,4	17,5

Утверждаю:
 Юмадева З.Х.
 Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Школа МАОУ "Лайтамакская СОШ" Отд./корп 28.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	6,8-2011	рагу из мяса	200	56,07	308,4	14,5	20	17,6
	гор.напиток	690-2004	кофейный напиток	200	11,00	90,9	2,3	2,5	14,8
	хлеб		хлеб ржаной	20	7,26	41,3	0,7	0,1	9,4
	гарнир								
		№3-2004	бутерброд с сыром	200	16,89	308,4	14,5	20	17,6
		458-2006	фрукт	150	16,48	37,9	0,2	0,3	8,6
Завтрак 2			фрукты						
Обед	закуска	22-2013	салат из свежих помидоров	100	20,27	63,9	1	5,1	3,5
	1 блюдо	34-2004	свекольник со сметаной	250/5	15,56	118,9	2,5	4,9	16,2
	2 блюдо	454-2004	котлета по хлыновски	100	61,60	237,7	14,1	14,5	12,7
	гарнир	516-2004	макаронны отварные	180	10,01	210,2	3,8	3,4	41,1
	сладкое								
				хлеб пшеничный	60	12,34	116,8	3	0,8
		505-2013	кисель из свежих ягод	200	3,95	89	0,3	0,2	21,5
			хлеб ржаной	40	14,67	81	1,9	0,4	17,5

Handwritten mark