Утверждаю Директор школы Джафары а Т.Д.

Меню приготавливаемых блюд Неделя: 1 126p День: понедельник Пищевые вещества Энерге-Bec No тическая менование блюда рецептуры блюда Углеводы ценность Белки Жиры Завтрак 174,17 Каша пщеничная молочная вязкая 200 8 23 183 Чай с сахаром 15 411,17 200 61 25 115 509 Банан 120 157 1 035 Чурек 30 5 1 33 Обед Борщ (мелкошинкованный) 250 12 100 65 5 291,17 Плов из птицы 200/55 15 16 32 259 33 40 5 1 157 1 035 Чурек 200 82 348,15 Компот из сухофруктов

Рацион: ОЛ	1 2025	Неделя:	1		День:	вторник	
Прием	Наименование блюда	Bec	Пи	щевые веще	ства	Энерге- тическая ценность	№ <mark>рец</mark> ептуры
пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Масло сливочная	15					
	Омлет натуральный	89	9	10	2	126	438,05
	Чай с сахаром	200			15	61	411,17
	Чурек	30	5	1	33	157	1 035
Обед					A		
	Суп гороховый	250	2	5	12	100	65
	Котлеты мясные запеченные	80	14	5	8	131	13 042
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	8	38	260	171
	Чурек	30	5	1	33	157	1 035
	Компот из сухофруктов	200			20	82	348,15

Рацион: ОЛ	1 2025	Неделя:	1		День:	среда	
Прием пищи	Наименование блюда	Bec	Пи	щевые веще	ства	Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша рисовая молочная вязкая	250	6	8	23	195	173,17
	Какао с молоком	200	3	4	21	131	383,17
	Чурек	20	5	1	33	157	1 035
Обед							
	Суп- "Хинкал"	250/25/50	12	5	24	187	351
	Рис отварной с овощами	200	4	8	44	264	334
	Чай с сахаром	200			15	61	411,17
	Чурек	20	5	1	33	157	1 035

Рацион: ОЛ	2025	Неделя:	1		День:	четверг	
Прием	Наименование блюда	Bec	Пи	ищевые вещес	Энерге-	Nº	
пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак						l .	
	Каша геркулесовая молочная	200	10	11	44	310	173,17
	Чай с сахаром	200			15	61	411,17
	Чурек	40	5	1	33	157	1 035
Обед	Чурек	40	5	1	33	157	1 035
	Суп-макоронный	250	2	3	9	76	113,17
	Каша пшеничная	90	14	5	8	131	13 042
	Птица отварные	150	5	4	27	174	309,17
	Компот из фруктов	200			10	43	631,02
	Чурек	40	5	1	33	157	1 035

Рацион: ОЛ	2025	Неделя:	1		День:	пятница	
Прием	Наименование блюда	Bec	Пи	Пищевые вещества			Nº
пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак		<u>.</u>			<u>.</u>	Į.	
	Масло сливочное	15					
	Какао с молоком	200	3	4	21	131	383,17
	Яблоки	80			8	38	813
	Чурек	45	5	1	29	141	1 035
Обед							
	Суп-лапша домашняя с птицей	250/25	2	3	9	76	113,17
	Каша пшеничная	150	8	6	33	211	0,22
	Чай с сахаром	200			15	61	411,17
	Чурек	40	5	1	29	141	1 035

Рацион: ОЛ	1 2025	Неделя:	1		День:	суббота	
Прием	Наименование блюда	Bec	Пи	іщевые веще	ства	Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		Į.	<u>I</u>	Į.	<u>L</u>		Į.
	Каша манная молочная	200	8	6	33	211	0,22
	Какао с молоком	180	3	4	21	131	383,17
	Чурек	40	5	1	33	157	1 035
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3	3	21	121	88,15
	Плов с мясом	150	10	5	36	225	443
	Компот из яблок	200	1		19	78	394,15
	Чурек	45	5	1	29	141	1 035

Рацион: ОЛ	1 2025	Неделя:	2		День:	понедельни	(
Прием	Наименование блюда	Bec	Пи	Пищевые вещества			Nº
пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак			1			<u> </u>	<u> </u>
•	Масло сливочное	15					
	Чай с сахаром	200			15	61	411,17
	Чурек	30	5	1	33	157	1 035
	Яблоки	70			8	38	813
Обед		•	•	•		•	•
•	Суп гороховый	250	2	5	12	100	65
	Котлеты мясные запеченные	80	14	5	8	131	13 042
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	8	38	260	171
	Чурек	30	5	1	33	157	1 035
	Компот из сухофруктов	200			20	82	348,15

Рацион: ОЛ	2025	Неделя:	2		День:	вторник	
Прием	Ноимонование блюде	Bec	П	ищевые вещес	Энерге-	Nº	
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак				1			
	Каша рисовая молочная вязкая	250	6	8	23	195	173,17
	Чай сладкий	200			7	30	686
	Чурек	40	5	1	33	157	1 035
	Яблоки	80			8	38	813
Итого за За	втрак	581	19	17	68	497	
Обед							
•	Суп- "Хинкал"	250/25/50	12	5	24	187	351
	Рис отварной с овощами	200	4	8	44	264	334
	Чай с сахаром	200			15	61	411,17
	Сок фруктовый	200	1		23	99	311,01
	Чурек	40	5	1	33	157	1 035

Рацион: ОЛ	2025	Неделя:	2		День:	среда	
Прием		Bec	Пищевые вещества			Энерге-	Nº
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак		<u>I</u>	<u>I</u>	Ţ			Į
	Каша геркулесовая молочная	200	10	11	44	310	173,17
	Чай с сахаром	180			15	61	411,17
	Чурек	40	5	1	33	157	1 035
Обед	Яблоки	80	Г	1		38	813
					8		
	Суп рисовый	250	2	3	9	76	113,17
	Птица отварные	80	5	4	27	174	309,17
	Мокороны с сыром	180	4	8	44	264	334
	Компот из сухофруктов	200			20	82	348,15
	<b>Yvnek</b>	40	5	1	33	157	1 035

Рацион: ОЛ	2025	Неделя:	2		День:	четверг	
Прием	Наименование блюда	Bec	Пи	Пищевые вещества			Nº
пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак					ı		
	Банан	100	1		15	67	509
	Каша пшеничная рассыпчатая	200	4	8	34	202	171
	Чай с сахаром	200			15	61	411,17
	Чурек	30	5	1	33	157	1 035
Обед							
	Борщ (мелкошинкованный)	250	2	5	12	100	65
	Плов из птицы	200/55	15	16	32	259	291,17
	Чурек	40	5	1	33	157	1 035
	Компот из сухофруктов	200			20	82	348,15

Рацион: ОЛ	2025	Неделя:	2		День:	пятница	
Прием	Наименование блюда	Bec	Пи	щевые веще	ства	Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		l	L	I	1	I	I
	Масло сливочное	15					
	Чай с сахаром	200			15	61	411,17
	Чурек	30	5	1	33	157	1 035
Обед							
	Суп-лапша домашняя с птицей	250/25	2	3	9	76	113,17
	Каша пшеничная	150	8	6	33	211	0,22
	Сок фруктовый	200	1		23	99	311,01
	Чурек	40	5	1	29	141	1 035

Рацион: ОЛ	1 2025	Неделя:	2		День:	суббота	
Прием	Наименование блюда	Bec	Пи	щевые веще	ства	Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак					1		
Co-security sections	Каша манная молочная	200	8	6	33	211	0,22
	Чай с сахаром	200			15	61	411,17
	Чурек	40	5	1	33	157	1 035
	Банан	120	2	1	25	115	509
Обед							
	Суп макаронный	250	3	3 .	21	-121	88.15
	Плов с птицей	200	10	5	36	225	443
	Компот из яблок	200	1		19	78	394,15
	Чурек	45	5	1	29	141	1 035

Лиректоринкомы.

Джафарова Т.Д.