



Директор МКОУ
«Сергокалинская СОШ №1»
М.А.Магомедов

МЕНЮ

на горячее питание учащихся 1-4 классов МКОУ «Сергокалинская СОШ №1» Сергокалинского района с.Сергокала на 2024 – 2025 учебный год.

Обеды на 12 дней.

Дни недели	Наименование	масса	Б	Ж	У	Ккал	Вит.С	№ рецеп-туры
Понедельник	1. Каша пшеничная с говяж.гуляш. 2. Чай сладкий со сгущен. 3. Сыр Гауда 4. Хлеб. 5. Бананы	250 200 15 40 100	42,6 0 3,9 3,24 2	25 0 3,92 0,48 1	58,8 10 2,0 16,64 21	630,8 410 50,84 94 96	16 10 - - 10	
Вторник	1. Пюре картоф. с котлет. 2. Чай сладкий. 3. Хлеб. 4. Салат из капусты с горош. 5. Печенье	250 200 40 60 40	4,68 0 3,24 1 5,5	33,42 0 0,48 5 15	7,58 10 16,64 5 69	348,08 43 94 52 433	75.09 2 1.7 14	
Среда	1. Макароны,гул.с кур.мясом 2. Какао с молоком. 3. Хлеб. 4. Сыр рассольный 5. Яйцо варенное	200 200 40 20 40	15.60 4 3,24 4 5	16.00 5 94 4 5	32.40 18 0.48 0 0	340.00 123 16.64 71 63	- 2 - -	
Четверг	1. Плов из говядины. 2. Компот из сухофруктов. 3. Хлеб. 4. Яблоки. 5. Помидоры свежие.	250 200 40 80 80	15.44 1 3,24 0.93 0	13.72 0 0,48 0.13 4	51,26 31 16,64 3.07 2	401.48 130 94 170.7 10	- -	
Пятница	1. Каша гречнев.с катлет. 2. Чай сладкий. 3. Салат марковный. 4. Пряники. 5. Хлеб.	250 200 70 50 40	23.2 0 2.98 1.25 3,24	23.98 0 5.19 31.25 0,48	39.95 10 6.25 15 16,64	456 43 83.6 233.75 94		
Суббота	1. Каша булгур с курин. мясом. 2. Чай сладкий. 3. Бананы 4. Хлеб. 5. Сыр Гауда.	250 200 200 40 15	24,63 0 4 3,24 3,9	10,75 0 2 0,48 3.92	48,38 10 41.5 16,64 2.0	390,38 43 144 94 50.84		

Дни недели	Наименование	масса	Б	Ж	У	Ккал	Вит.С	
Понедельник	1. Каша пшенич. с кур.мясом 2. Чай сладкий. 3. Сырники 4. Хлеб. 5. Печенье	250 200 100 40 40	11 0 16 3,24 8	3.88 0 13 0,48 5	14.75 10 18 16,64 26	137,35 43 247 94 201	21 3 - 22	
Вторник	1. Каша гречн. с котлетами. 2. Компот из сухофруктов. 3. Хлеб. 4. Сыр Гауда. 5. Яблоки	250 200 40 15 100	23,2 1 3,24 3.9 0.4	23,98 0 0,48 3.92 0.3	39,95 31 16,64 2.0 10	456,28 130 94 50.84 41	1 10	
Среда	1. Каша булгур с говяж.гуляш. 2. Чай сладкий. 3. Бутерброд с маслом. 4. Апельсины. 5. Пряники.	250 200 30 120 40	18,2 0 2 1.1 1	9,8 0 2 0.2 25	34,6 10 12 9.7 12	299,2 43 99 51.6 187	3 - - -	
Четверг	1. Хинкал с мясом говяд. 2. Чай сладкий. 3. Хлеб. 4. Бананы.	250 200 40 100	4.67 0 3,24 2	5.86 0 0,48 1	5.9 10 16,64 21	99.09 43 94 96	3 10	
Пятница	1. Тефтель с картошкой 2. Чай с молоком. 3. Салат «Венегрет» 4. Хлеб. 5. Яблоки.	250 200 60 40 100	12 2.64 3 3,24 0.4	10 2.79 4 0,48 0.3	7 19.12 6 16,64 10	230 108.9 56 94 41	5 10 5 - 10	
Суббота	1. Макароны с курин.мясом 2. Чай сладкий. 3. Хлеб 4. Сыр рассольный. 5. Яйца варенные.	200 200 40 20 40	15.60 0 3,24 4 5	16 0 0,48 4 5	32.4 10 16,64 0 0	340 43 94 71 63	- 3 - - -	