

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 МБОУ «СОШ №8 им.Арби Вахаева» г.Урус-Мартан  
 Гунигов А.Ш.



31.08.2021

### Циклическое меню

#### МБОУ «СОШ №8 им.Арби Вахаева» г.Урус-Мартан

День	Наименование	Выход ,г	Белки,г	Жиры ,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
<b>Понедельник</b>	Суп молочный с крупой рис	200	4,82	1,02	16,83	132,4
	Хлеб пшеничный	100	7,9	1	48,3	235
	Масло сливочное	10	0	8,2	0,1	75
	Сок (Лидер-А)	200				
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>14,56</b>	<b>11,96</b>	<b>72,54</b>	<b>495,13</b>
<b>Вторник</b>	Каша овсяная "Гуркулес"	180	7,3	8,9	32	238
	Чай с лимоном	200	0,004	0	10,12	41,26
	Масло сливочное	10	0	8,2	0,1	75
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	<b>Итого</b>	<b>465</b>	<b>13,26</b>	<b>17,85</b>	<b>78,44</b>	<b>530,51</b>
<b>Среда</b>	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	6,03	3,47		
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Масло сливочное(порциями)	10	0	8,2	0,1	75
	Сок (Лидер-А)	200				
	<b>Итого</b>	<b>365</b>	<b>14,36</b>	<b>19,89</b>	<b>75,53</b>	<b>540,98</b>
<b>Четверг</b>	Картофельное пюре	150	4,3	6,05	42,3	164,2
	Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Масло сливочное(порциями)	10	0	8,2	0,1	75
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75		80,5
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>15,01</b>	<b>21,75</b>	<b>88,74</b>	<b>537,21</b>
<b>Пятница</b>	Каша гречневая	210	8,56	3,81		
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Масло сливочное(порциями)	10	0	8,2	0,1	75
	Сок (Лидер-А)	200				
	<b>Итого</b>	<b>285</b>	<b>25,72</b>	<b>22,12</b>	<b>63,77</b>	<b>559,2</b>
<b>Понедельник</b>	Рис отварной	200	5,74	1,46	56,44	251,14
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
	Масло с лимоном (порциями)	10	0	8,2	0,1	75
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75		80,5

	<b>Итого</b>	<b>535</b>	<b>16,45</b>	<b>17,16</b>	<b>102,88</b>	<b>624,15</b>
<b>Вторник</b>	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	6,03	3,47		
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Масло сливочное(порциями)	10	0	8,2		75
	Сок (Лидер-А)	200				
	<b>Итого</b>	<b>285</b>	<b>25,72</b>	<b>22,12</b>	<b>63,77</b>	<b>559,2</b>
<b>Среда</b>	Каша овсяная "Гуркулес"	180	7,3	8,9	32	238
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Масло сливочное (порциями)	10	0	8,2	0,1	75
	Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
	<b>Итого</b>	<b>465</b>	<b>13,26</b>	<b>17,85</b>	<b>78,44</b>	<b>530,51</b>
<b>Четверг</b>	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	6,03	3,47		
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Масло сливочное (порциями)	10	0	8,2	0,1	75
	Сок (Лидер-А)	200				
	<b>Итого</b>	<b>365</b>	<b>14,36</b>	<b>19,89</b>	<b>75,53</b>	<b>540,98</b>
<b>Пятница</b>	Картофельное пюре	150	4,3	6,05	42,3	164,2
	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
	Чай с лимоном	200	0,04	0	10,12	41,26
	Масло сливочное (порциями)	10	0	8,2	0,1	75
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75		80,5
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>15,01</b>	<b>21,75</b>	<b>88,74</b>	<b>537,21</b>