

Утверждаю  
Директор МБОУ "СОШ № 15 " г. Грозного

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ  
(ЗАВТРАКИ)**

| День        | Наименование                    | Выход,г | Белки,г    | Жиры,г       | Углеводы,г   | ЭЦ,ккал       |
|-------------|---------------------------------|---------|------------|--------------|--------------|---------------|
| Понедельник | Котлета куриная                 | 70      | 6,65       | 12,6         | 19,6         | 218,4         |
|             | Хлеб пшеничный                  | 50      | 3,94       | 0,5          | 24,14        | 116,82        |
|             | Картофельное пюре №377          | 100     | 2,7        | 4            | 5,8          | 70            |
|             | Чай с лимоном №459              | 200     | 0,03       | 0,1          | 9,5          | 39,02         |
|             | Яблоко №338                     | 80      | 1,2        | 0,4          | 16,8         | 75,6          |
|             | <b>Итого</b>                    |         | <b>500</b> | <b>14,52</b> | <b>17,6</b>  | <b>75,84</b>  |
| Вторник     | Каша рисовая с изюмом №177      | 170     | 4,93       | 8,81         | 38,85        | 254,41        |
|             | Чай с молоком или сливками №378 | 200     | 1,52       | 1,35         | 15,9         | 81,83         |
|             | Хлеб пшеничный                  | 50      | 3,94       | 0,5          | 24,14        | 116,82        |
|             | Яблоко №338                     | 80      | 1,2        | 0,4          | 16,8         | 75,6          |
|             | <b>Итого</b>                    |         | <b>500</b> | <b>11,59</b> | <b>11,06</b> | <b>95,69</b>  |
| Среда       | Омлет с сыром №275              | 150     | 16,87      | 23,25        | 2,81         | 287,97        |
|             | Чай с лимоном №459              | 200     | 0,03       | 0,1          | 9,5          | 39,02         |
|             | Хлеб пшеничный                  | 60      | 4,73       | 0,6          | 24,14        | 120,88        |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14  | 10      | 0,08       | 8,2          | 0,13         | 74,64         |
|             | Яблоко №338                     | 80      | 1,2        | 0,4          | 16,8         | 75,6          |
|             | <b>Итого</b>                    |         | <b>500</b> | <b>22,91</b> | <b>32,55</b> | <b>53,38</b>  |
| Четверг     | Рис припущенный №305            | 100     | 2,43       | 2,87         | 24,45        | 133,35        |
|             | Чай с молоком или сливками №378 | 200     | 1,52       | 1,35         | 15,9         | 81,83         |
|             | Хлеб пшеничный                  | 70      | 5,52       | 0,7          | 33,8         | 163,58        |
|             | Сосиски "Особые халыль"         | 50      | 4,75       | 6,75         | 1,37         | 85,23         |
|             | Яблоко №338                     | 80      | 1,2        | 0,4          | 16,8         | 75,6          |
|             | <b>Итого</b>                    |         | <b>500</b> | <b>15,42</b> | <b>12,07</b> | <b>92,32</b>  |
| пятница     | Рыба припущенная                | 90      | 15,6       | 0,6          | 0,96         | 71,64         |
|             | Картофельное пюре №377          | 150     | 4,04       | 6            | 8,7          | 104,96        |
|             | Хлеб пшеничный                  | 50      | 3,94       | 0,5          | 24,14        | 116,82        |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14  | 10      | 0,08       | 8,2          | 0,13         | 74,64         |
|             | Чай с молоком или сливками №378 | 200     | 1,52       | 1,35         | 15,9         | 81,83         |
|             | <b>Итого</b>                    |         | <b>500</b> | <b>25,18</b> | <b>16,65</b> | <b>49,83</b>  |
| Понедельник | Рыба припущенная                | 75      | 13         | 0,5          | 0,8          | 59,7          |
|             | Рис отварной №304               | 100     | 2,43       | 3,58         | 24,46        | 139,78        |
|             | Хлеб пшеничный                  | 50      | 3,94       | 0,5          | 24,14        | 116,82        |
|             | Чай с лимоном №459              | 200     | 0,03       | 0,1          | 9,5          | 39,02         |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14  | 15      | 0,12       | 12,3         | 0,19         | 111,94        |
|             | Булочка домашняя                | 60      | 4,2        | 6,7          | 27,8         | 188,3         |
|             | <b>Итого</b>                    |         | <b>500</b> | <b>23,72</b> | <b>23,68</b> | <b>86,89</b>  |
| Вторник     | Сырники из творога запеченные   | 100     | 15,8       | 5,3          | 17,9         | 182,5         |
|             | Чай с молоком или сливками №378 | 200     | 1,52       | 1,35         | 15,9         | 81,83         |
|             | Хлеб пшеничный                  | 50      | 3,94       | 0,5          | 24,14        | 116,82        |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14  | 10      | 0,08       | 8,2          | 0,13         | 74,64         |
|             | Яблоко №338                     | 80      | 1,2        | 0,4          | 16,8         | 75,6          |
|             | Булочка домашняя                | 60      | 4,2        | 6,7          | 27,8         | 188,3         |
|             | <b>Итого</b>                    |         | <b>500</b> | <b>26,74</b> | <b>22,45</b> | <b>102,67</b> |
|             | Запеканка из творога            | 150     | 23,85      | 11,55        | 22,5         | 289,35        |

|         |                                |            |              |              |              |               |
|---------|--------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Среда   | Чай с лимоном №459             | 200        | 0,03         | 0,1          | 9,5          | 39,02         |
|         | Хлеб пшеничный                 | 60         | 4,73         | 0,6          | 24,14        | 120,88        |
|         | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 | 10         | 0,08         | 8,2          | 0,13         | 74,64         |
|         | Яблоко №338                    | 80         | 1,2          | 0,4          | 16,8         | 75,6          |
|         | <b>Итого</b>                   | <b>500</b> | <b>29,89</b> | <b>20,85</b> | <b>73,07</b> | <b>599,49</b> |
| четверг | Греча отварная №4,3            | 100        | 5,73         | 4,06         | 25,76        | 162,5         |
|         | Хлеб пшеничный                 | 50         | 3,94         | 0,5          | 24,14        | 116,82        |
|         | Котлета куриная                | 70         | 6,65         | 12,6         | 19,6         | 218,4         |
|         | Чай с лимоном №459             | 200        | 0,03         | 0,1          | 9,5          | 39,02         |
|         | Яблоко №338                    | 80         | 1,2          | 0,4          | 16,8         | 75,6          |
|         | <b>Итого</b>                   | <b>500</b> | <b>17,55</b> | <b>17,66</b> | <b>95,8</b>  | <b>612,34</b> |
| пятница | Рис отварной №304              | 100        | 2,43         | 3,58         | 24,46        | 70            |
|         | Хлеб пшеничный                 | 50         | 3,94         | 0,5          | 24,14        | 120,88        |
|         | Чай с лимоном №459             | 180        | 0,02         | 0,09         | 8,55         | 35,09         |
|         | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 | 20         | 0,16         | 16,4         | 0,26         | 74,64         |
|         | Котлета куриная                | 70         | 6,65         | 12,6         | 19,6         | 218,4         |
|         | Яблоко №338                    | 80         | 1,2          | 0,4          | 16,8         | 75,6          |
|         | <b>Итого</b>                   | <b>500</b> | <b>14,4</b>  | <b>33,57</b> | <b>93,81</b> | <b>594,61</b> |