

Утверждаю:  
Директор  
МБОУ "СОШ с. Новый-Шарой"  
М. М-Э. Албеков  
"30" августа 2024г.

**Циклическое меню МБОУ "СОШ с. Новый-Шарой"**  
**для учащихся от 6,6 до 11 лет**  
**на 2024 - 2025 учебный год**

| Наименование                      | Выход,г    | Белки,г      | Жиры,г       | Углеводы,г   | ЭЦ,ккал       |
|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 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> | <b>528,66</b> |
| 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> | <b>519,84</b> |
| Омлет с сыром №275                | 80         | 9,3          | 12,4         | 1,5          | 155           |
| Чай с лимоном №459                | 200        | 0,03         | 0,1          | 9,5          | 39,02         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ<br>(ПОРЦИЯМИ) №14 | 10         | 0,08         | 8,2          | 0,13         | 74,64         |
| Хлеб пшеничный                    | 60         | 4,73         | 0,6          | 24,14        | 120,88        |
| Яблоко №338                       | 80         | 1,2          | 0,4          | 16,8         | 75,6          |
| <b>Итого</b>                      | <b>430</b> | <b>15,34</b> | <b>21,7</b>  | <b>52,07</b> | <b>465,14</b> |

|                                              |            |              |              |               |               |
|----------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 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         |
| Яблоко №338                                  | 80         | 1,2          | 0,4          | 16,8          | 75,6          |
| Хлеб пшеничный                               | 70         | 5,52         | 0,7          | 33,8          | 163,58        |
| Сосиски "Особые халяль"                      | 50         | 4,75         | 6,75         | 1,37          | 85,23         |
| <b>Итого</b>                                 | <b>500</b> | <b>15,42</b> | <b>12,07</b> | <b>92,32</b>  | <b>539,59</b> |
| Рыба припущенная №296                        | 75         | 13           | 0,5          | 0,8           | 59,7          |
| Хлеб пшеничный                               | 50         | 3,94         | 0,5          | 24,14         | 116,82        |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ<br>(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         |
| Картофельное пюре №377                       | 150        | 4,04         | 6            | 8,7           | 104,96        |
| <b>Итого</b>                                 | <b>485</b> | <b>22,58</b> | <b>16,55</b> | <b>49,67</b>  | <b>437,95</b> |
| Суп молочный с макаронными<br>изделиями №120 | 200        | 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<br>(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>600</b> | <b>26,74</b> | <b>22,45</b> | <b>102,67</b> | <b>719,69</b> |
| Рыба припущенная №296                        | 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<br>(ПОРЦИЯМИ) №14            | 10         | 0,08         | 8,2          | 0,13          | 74,64         |
| Булочка домашняя                             | 60         | 4,2          | 6,7          | 27,8          | 188,3         |
| <b>Итого</b>                                 | <b>495</b> | <b>23,68</b> | <b>19,58</b> | <b>86,83</b>  | <b>618,26</b> |
| Мюсли с молоком №179                         | 135        | 15,9         | 7,7          | 15,194        | 184,86        |
| Хлеб пшеничный                               | 60         | 4,73         | 0,6          | 24,14         | 120,88        |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ<br>(ПОРЦИЯМИ) №14            | 10         | 0,08         | 8,2          | 0,13          | 74,64         |

|                                   |            |              |              |               |               |
|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 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>485</b> | <b>21,94</b> | <b>17</b>    | <b>65,764</b> | <b>495</b>    |
| 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> |
| 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<br>(ПОРЦИЯМИ) №14 | 10         | 0,08         | 8,2          | 0,13          | 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>490</b> | <b>14,32</b> | <b>25,37</b> | <b>93,68</b>  | <b>594,61</b> |