

Возрастная категория

МБОУ "Гудермесская СШ №12 им. А.А. Кадырова"

Утвер
дил: должн
 ость

фамилия

дата

Директор

Закрыева Х.Х.

1	9	2026
день	месяц	год

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 32FA8BD7B64150549AC6B11284A207DB
Владелец: Закрыева Хава Хизриевна
Действителен: с 23.04.2026 до 17.07.2027

Нед еля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жир ы	Углев оды	Калорий ность	№ рецепт уры	Цен а
1	1	Завтр ак	гор.блю до	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4	283	50
			гор.блю до	Картофельное пюре	100	2,7	4	5,8	70	377	20
			гор.нап иток	Чай с лимоном	180	0,03	0,1	9,5	39,02	459	5
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	3
			фрукты	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	13, 77
			итого		500	14,52	17,6	75,84	519,84		91, 77
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	1	Итого за день:			500	14,52	17,6	75,84	519,84		91, 77
1	2	Завтр ак	гор.блю до	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41	177	29
			гор.нап иток	Чай с молоком или сливками №378	180	1,52	1,35	15,9	81,83	378	31
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		8,7 7
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	23

			итого		500	11,59	11,06	95,69	528,66		91,77
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	2	Итого за день:			500	11,59	11,06	95,69	528,66		91,77
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97	275	26,55
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02	459	35,3
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88		10,58
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	17,64
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	1,7
			итого		500	22,91	32,55	53,38	598,11		91,77
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			кисломол.								
			кисломол.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	3	Итого за день:			500	22,91	32,55	53,38	598,11		91,77
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35	305	18,35
			гор.блюдо	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23		9,18
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	180	1,52	1,35	15,9	81,83	378	33,04

			хлеб	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58		12,85
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	18,35
			итого		500	15,42	12,07	92,32	539,59		91,77
1	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	4	Итого за день:			500	15,42	12,07	92,32	539,59		91,77
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	77	296	16,52
			гор.блюдо	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	116	377	27,53
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	82	378	36,7
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120		9,18
			фрукты								
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	75	14	1,84
			итого		500	25,18	16,65	49,83	470		91,77
1	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	5	Итого за день:			500	25,18	16,65	49,83	470		91,77
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная	90	13	0,5	0,8	60	296	13,77

			гор.блюдо	Рис отварной №304	250	2,43	3,58	24,46	130	304	18,35
			гор.напиток								
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	109		45,89
			фрукты								
			сладкое	Булочка домашняя	90	4,2	6,7	27,8	172		11,01
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	20	0,12	12,3	0,19	116	14	2,75
			итого		500	23,69	23,58	77,39	587		91,77
2	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			кисломол.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	1	Итого за день:			500	23,69	23,58	77,39	587		91,77
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Сырники из творога запеченные №286	150	15,8	5,3	17,9	199	286	27,53
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	82	378	36,71
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	117		9,18
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76	338	18,35
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	79	14	
итого		510	22,54	15,75	74,87	553		91,77			
2	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								

			итого		0	0	0	0	0		0
2	2	Итого за день:			510	22,54	15,75	74,87	553		91,77
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35	279	27,53
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02	459	33,04
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	121		11,01
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	72	338	18,35
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	65	14	1,84
			итого		500	29,89	20,85	73,07	586,37		91,77
2	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	3	Итого за день:			500	29,89	20,85	73,07	586,37		91,77
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	203		18,35
			гор.блюдо	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	151	313	12,85
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39	459	33,04
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	117		9,18
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76	338	18,35
			итого		500	17,55	17,66	95,8	586		91,77
2	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								

			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	4	Итого за день:			500	17,55	17,66	95,8	586		91,77
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218		18,35
			гор.блюдо	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	130	304	12,85
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35	459	33,04
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	121		9,18
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76	338	18,35
			итого		500	14,24	17,17	93,55	580		91,77
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	5	Итого за день:			500	14,24	17,17	93,55	580		91,77
		Среднее значение за период:			501	19,753	18,494	78,174	554,857		91,77