

Школа
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"
Блюдо

Отд./корп
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День
Жиры

07.11.2023г.
Углеводы

завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями №120	200	18	109.16	4.38	3.8	14.36
	Чай с молоком или сливками №378	200	2	81.83	1.52	1.35	15.9
	Хлеб пшеничный	75	12	176.25	5.92	0.75	36.22
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	12	149.28	0.16	16.4	0.26
	Яблоко №338	100	12	94.5	1.5	0.5	21
	Булочка домашняя	60	9.56	188.3	4.2	6.7	27.8
	Итого	655	65.59	799.32	17.68	29.5	115.54
обед	Рассольник домашний №95	200	18	73.9	2	4.06	7.34
	Пюре картофельное №377	150	2	105	4.05	6	8.7
	Сосиски "Особые халяль"	100	12	170.46	9.5	13.5	2.74
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	12	149.36	0.16	16.4	0.28
	Чай с лимоном №459	200	9.59	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	770	65.59	713.99	23.63	41.06	76.85

Школа
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"
Блюдо

Отд./корп
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День
Жиры

08.11.2023г.
Углеводы

завтрак	Мюсли с молоком №179	135	18	184.86	7.32	5.5	26.52
	Хлеб пшеничный	100	2	176.25	7.89	1	48.29
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	12	149.28	0.16	16.4	0.26
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	0.1	9.5
	Яблоко №338	100	12	94.5	1.5	0.5	21
	Итого	555	65.59	643.91	16.9	23.5	105.57
обед	Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	18	83.19	1.76	4.95	7.9
	Плов с курицей №291	200	2	304.95	16.95	10.47	35.73
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	12	107.76	6.96	8.85	0
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	780	65.59	711.17	33.59	25.37	101.42

Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 09.11.2023г.
 Прием пищи Блюдо Выход, г Цена Калорийность Белки Жиры Углеводы

завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы (181)	210	18	224.27	6.03	3.47	42.23
	Хлеб пшеничный	100	2	176.25	7.89	1	48.29
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	12	149.28	0.16	16.4	0.26
	Чай с молоком или сливками №378	200	12	81.83	1.52	1.35	15.9
	Яблоко №338	100	12	94.5	1.5	0.5	21
	Итого	630	65.59	726.13	17.1	22.72	127.68
обед	Суп из овощей с фасолью №117	200	18	77.8	3.2	3.94	7.38
	Рис отварной №304	150	2	209.65	3.64	5.37	36.69
	Сосиски "Особые халяль"	100	12	170.46	9.5	13.5	2.74
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	12	107.76	6.96	8.85	0
	Чай с лимоном №459	200	9.59	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	780	65.59	780.94	31.22	32.76	104.6

Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 10.11.2023г.
 Прием пищи Блюдо Выход, г Цена Калорийность Белки Жиры Углеводы

завтрак	Картофельное пюре №377	150	18	105	4.05	6	8.7
	Хлеб пшеничный	100	2	176.25	7.89	1	48.29
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	0.1	9.5
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	12	149.28	0.16	16.4	0.26
	Сосиски "Особые халяль"	100	12	170.46	9.5	13.5	2.74
	Булочка домашняя	60	9.59	188.3	4.2	6.7	27.8
	Итого	630	65.59	828.31	25.83	43.7	97.29
обед	Борщ №81	200	18	141.04	8.88	8.68	6.85
	Сметана	10	2	20.4	0.25	2	0.34
	Греча отварная №4,3	150	12	243.73	8.59	6.09	38.64
	Соус красный основной №422	50	12	28.06	1	1.3	3.09
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	5	74.68	0.08	8.2	0.14
	Чай с лимоном №459	200	4.59	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	720	65.59	723.18	26.72	27.37	106.85

Школа
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"
Блюдо

Отд./корп
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День
Жиры

13.11.2023г.
Углеводы

завтрак	Мюсли с молоком №179	135	18	184.86	7.32	5.5	26.52
	Хлеб пшеничный	75	2	176.25	5.92	0.75	36.22
	Сыр порциями	30	12	107.76	6.96	8.88	0
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	0.1	9.5
	Яблоко №338	100	12	94.5	1.5	0.5	21
	Булочка домашняя	60	9.59	188.3	4.2	6.7	27.8
	Итого	600	65.59	790.69	25.93	22.43	121.04
обед	Суп картофельный с бобовыми №113	200	18	92.6	5.04	2.86	11.68
	Греча отварная №4.3	150	2	243.73	8.59	6.09	38.64
	Котлета куриная	90	12	281.69	8.58	16.25	25.28
	Хлеб пшеничный	75	12	176.25	5.92	0.75	36.22
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	715	65.59	833.29	28.16	26.05	121.32

Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 14.11.2023г.
 Прием пищи Блюдо Выход, г Цена Калорийность Белки Жиры Углеводы

завтрак	Каша рисовая с изюмом №177	200	18	314.24	6.09	10.88	47.99
	Чай с молоком или сливками №378	200	2	81.83	1.52	1.35	15.9
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	12	74.64	0.08	8.2	0.13
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	Яблоко №338	100	12	94.5	1.5	0.5	21
	Итого	610	65.59	741.46	17.08	21.93	133.31
обед	Рассольник домашний №95	200	18	73.9	2	4.06	7.34
	Рис отварной №304	150	2	209.65	3.64	5.37	36.69
	Сосиски "Особые халяль"	100	12	170.46	9.5	13.5	2.74
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	12	107.76	6.96	8.88	0
	Чай с лимоном №459	200	9.59	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	780	65.59	777.04	30.02	32.91	104.56

Школа
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"
Блюдо

Отд./корп
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День
Жиры

15.11.2023г.
Углеводы

завтрак	Омлет с морковью №214	65	18	122.01	5.52	10.21	2.01
	Чай с лимоном №459	200	2	39.02	0.03	0.1	9.5
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	12	74.64	0.08	8.2	0.13
	Хлеб пшеничный	75	12	176.25	5.92	0.75	36.22
	Яблоко №338	100	12	94.5	1.5	0.5	21
	Булочка домашняя	60	9.59	188.3	4.2	6.7	27.8
	Итого	510	65.59	694.72	17.25	26.46	96.66
обед	Борщ №81	250	18	176.29	11.1	10.85	8.56
	Сметана	10	2	20.4	0.25	2	0.34
	Капуста тушеная №380	127	12	103.5	3	5.1	11.4
	Сыр порциями	30	12	107.76	6.96	8.85	0
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	Чай с лимоном №459	200	9.59	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	717	65.59	623.22	29.23	27.9	78.09

Школа
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"
Блюдо

Отд./корп
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День
Жиры

16.11.2023г.
Углеводы

завтрак	Рис припущенный №305	200	18	266.53	4.85	5.73	48.89
	Чай с молоком или сливками №378	200	2	81.83	1.52	1.35	15.9
	Сыр порциями	30	12	107.76	6.96	8.88	0
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	Сосиски "Особые халяль"	100	12	170.46	9.5	13.5	2.74
	Итого	630	65.59	802.83	30.72	30.46	115.82
обед	Суп с бобовыми (119)	250	18	176.29	7.15	48.15	15.61
	Картофельное пюре №377	150	2	20.4	4.05	6	8.7
	Сосиски "Особые халяль"	100	12	103.5	9.5	13.5	2.74
	Хлеб пшеничный	100	12	107.76	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	10	12	176.25	2.32	2.95	0
	Чай с лимоном №459	200	9.59	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	810	65.59	623.22	30.94	71.7	84.84

Школа
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"
Блюдо

Отд./корп
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День
Жиры

17.11.2023г.
Углеводы

завтрак	Каша гречневая №183	210	18	293.99	9.09	12.99	35.18
	Хлеб пшеничный	75	2	176.25	5.92	0.75	36.22
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	12	149.28	0.16	16.4	0.26
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	0.1	9.5
	Яблоко №338	100	12	94.5	1.5	0.5	21
	Итого	605	65.59	753.04	16.7	30.74	102.16
обед	Суп картофельный №112	250	18	86.33	3.25	3.37	10.75
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	210	2	274.02	7.64	8.1	42.64
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	12	107.76	6.96	8.85	0
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	790	65.59	683.38	25.77	21.42	111.18

Школа
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"
Блюдо

Отд./корп
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День
Жиры

20.11.2023г.
Углеводы

завтрак	Греча отварная №4,3	150	18	243	9.59	6.09	38.64
	Хлеб пшеничный	75	2	176.25	5.92	0.75	36.22
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	0.1	9.5
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	12	149.28	0.16	16.4	0.26
	Соус красный основной №422	50	12	28.06	1	1.3	3.09
	Итого	495	65.59	635.61	16.7	24.64	87.71
обед	Борщ со свежей капустой и томатом	200	18	190	5	20	10.75
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	105	2	137.01	3.82	21.32	42.64
	Котлета куриная	90	12	281.69	8.58	25.28	48.29
	Хлеб пшеничный	75	12	176.25	5.92	36.22	0
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	9.5	9.5
	Итого	670	65.59	823.97	23.35	112.32	111.18

Школа
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"
Блюдо

Отд./корп
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День
Жиры

21.11.2023г.
Углеводы

завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями №120	200	18	109.16	4.38	3.8	14.36
	Чай с молоком или сливками №378	200	2	81.83	1.52	1.35	15.9
	Хлеб пшеничный	75	12	176.25	5.92	0.75	36.22
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	12	149.28	0.16	16.4	0.26
	Яблоко №338	100	12	94.5	1.5	0.5	21
	Булочка домашняя	60	9.56	188.3	4.2	6.7	27.8
	Итого	655	65.59	799.32	17.68	29.5	115.54
обед	Рассольник домашний №95	200	18	73.9	2	4.06	7.34
	Пюре картофельное №377	150	2	105	4.05	6	8.7
	Сосиски "Особые халяль"	100	12	170.46	9.5	13.5	2.74
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	12	149.36	0.16	16.4	0.28
	Чай с лимоном №459	200	9.59	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	770	65.59	713.99	23.63	41.06	76.85

Школа
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"
Блюдо

Отд./корп
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День
Жиры

08.11.2023г.
Углеводы

завтрак	Мюсли с молоком №179	135	18	184.86	7.32	5.5	26.52
	Хлеб пшеничный	100	2	176.25	7.89	1	48.29
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	12	149.28	0.16	16.4	0.26
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	0.1	9.5
	Яблоко №338	100	12	94.5	1.5	0.5	21
	Итого	555	65.59	643.91	16.9	23.5	105.57
обед	Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	18	83.19	1.76	4.95	7.9
	Плов с курицей №291	200	2	304.95	16.95	10.47	35.73
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	12	107.76	6.96	8.85	0
	Чай с лимоном №459	200	12	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	780	65.59	711.17	33.59	25.37	101.42

Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 23.11.2023г.
 Прием пищи Блюдо Выход, г Цена Калорийность Белки Жиры Углеводы

завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы (181)	210	18	224.27	6.03	3.47	42.23
	Хлеб пшеничный	100	2	176.25	7.89	1	48.29
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	12	149.28	0.16	16.4	0.26
	Чай с молоком или сливками №378	200	12	81.83	1.52	1.35	15.9
	Яблоко №338	100	12	94.5	1.5	0.5	21
	Итого	630	65.59	726.13	17.1	22.72	127.68
обед	Суп из овощей с фасолью №117	200	18	77.8	3.2	3.94	7.38
	Рис отварной №304	150	2	209.65	3.64	5.37	36.69
	Сосиски "Особые халяль"	100	12	170.46	9.5	13.5	2.74
	Хлеб пшеничный	100	12	176.25	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	12	107.76	6.96	8.85	0
	Чай с лимоном №459	200	9.59	39.02	0.03	0.1	9.5
	Итого	780	65.59	780.94	31.22	32.76	104.6