

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

04.09.2023г.  
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          |
|         | <b>Итого</b>                     | <b>600</b> | <b>65.59</b> | <b>790.69</b> | <b>25.93</b> | <b>22.43</b> | <b>121.04</b> |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                     | <b>715</b> | <b>65.59</b> | <b>833.29</b> | <b>28.16</b> | <b>26.05</b> | <b>121.32</b> |
|         |                                  |            |              |               |              |              |               |
|         |                                  |            |              |               |              |              |               |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

05.09.2023г.  
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            |
|         | <b>Итого</b>                    | <b>610</b> | <b>65.59</b> | <b>741.46</b> | <b>17.08</b> | <b>21.93</b> | <b>133.31</b> |
|         |                                 |            |              |               |              |              |               |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                    | <b>780</b> | <b>65.59</b> | <b>777.04</b> | <b>30.02</b> | <b>32.91</b> | <b>104.56</b> |
|         |                                 |            |              |               |              |              |               |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

06.09.2023г.  
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         |
|         | <b>Итого</b>                   | <b>510</b> | <b>65.59</b> | <b>694.72</b> | <b>17.25</b> | <b>26.46</b> | <b>96.66</b> |
| 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          |
|         | <b>Итого</b>                   | <b>717</b> | <b>65.59</b> | <b>623.22</b> | <b>29.23</b> | <b>27.9</b>  | <b>78.09</b> |

Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 07.09.2023г.  
 Прием пищи Блюдо Выход, г Цена Калорийность Белки Жиры 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          |
|         | <b>Итого</b>                    | <b>630</b> | <b>65.59</b> | <b>802.83</b> | <b>30.72</b> | <b>30.46</b> | <b>115.82</b> |
|         |                                 |            |              |               |              |              |               |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                    | <b>810</b> | <b>65.59</b> | <b>623.22</b> | <b>30.94</b> | <b>71.7</b>  | <b>84.84</b>  |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

08.09.2023г.  
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            |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>605</b> | <b>65.59</b> | <b>753.04</b> | <b>16.7</b>  | <b>30.74</b> | <b>102.16</b> |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>790</b> | <b>65.59</b> | <b>683.38</b> | <b>25.77</b> | <b>21.42</b> | <b>111.18</b> |

Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 11.09.2023г.  
 Прием пищи Блюдо Выход, г Цена Калорийность Белки Жиры 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          |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>495</b> | <b>65.59</b> | <b>635.61</b> | <b>16.7</b>  | <b>24.64</b>  | <b>87.71</b>  |
|         |   |            |              |               |              |               |               |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>670</b> | <b>65.59</b> | <b>823.97</b> | <b>23.35</b> | <b>112.32</b> | <b>111.18</b> |
|         |   |            |              |               |              |               |               |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

12.09.2023г.  
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          |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>655</b> | <b>65.59</b> | <b>799.32</b> | <b>17.68</b> | <b>29.5</b>  | <b>115.54</b> |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>770</b> | <b>65.59</b> | <b>713.99</b> | <b>23.63</b> | <b>41.06</b> | <b>76.85</b>  |

Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 13.09.2023г.  
 Прием пищи Блюдо Выход, г Цена Калорийность Белки Жиры 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            |
|         | <b>Итого</b>                          | <b>555</b> | <b>65.59</b> | <b>643.91</b> | <b>16.9</b>  | <b>23.5</b>  | <b>105.57</b> |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                          | <b>780</b> | <b>65.59</b> | <b>711.17</b> | <b>33.59</b> | <b>25.37</b> | <b>101.42</b> |



Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 14.09.2023г.  
 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            |
|         | <b>Итого</b>                               | <b>630</b> | <b>65.59</b> | <b>726.13</b> | <b>17.1</b>  | <b>22.72</b> | <b>127.68</b> |
|         |  |            |              |               |              |              |               |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                               | <b>780</b> | <b>65.59</b> | <b>780.94</b> | <b>31.22</b> | <b>32.76</b> | <b>104.6</b>  |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

15.09.2023г.  
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         |
|              | <b>Итого</b>                   | <b>630</b>   | <b>65.59</b>  | <b>828.31</b> | <b>25.83</b> | <b>43.7</b>   | <b>97.29</b> |
| 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          |
| <b>Итого</b> | <b>720</b>                     | <b>65.59</b> | <b>723.18</b> | <b>26.72</b>  | <b>27.37</b> | <b>106.85</b> |              |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

18.09.2023г.  
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          |
|         | <b>Итого</b>                     | <b>600</b> | <b>65.59</b> | <b>790.69</b> | <b>25.93</b> | <b>22.43</b> | <b>121.04</b> |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                     | <b>715</b> | <b>65.59</b> | <b>833.29</b> | <b>28.16</b> | <b>26.05</b> | <b>121.32</b> |
|         |                                  |            |              |               |              |              |               |
|         |                                  |            |              |               |              |              |               |

Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 19.09.2023г.  
 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            |
|         | <b>Итого</b>                    | <b>610</b> | <b>65.59</b> | <b>741.46</b> | <b>17.08</b> | <b>21.93</b> | <b>133.31</b> |
|         |                                 |            |              |               |              |              |               |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                    | <b>780</b> | <b>65.59</b> | <b>777.04</b> | <b>30.02</b> | <b>32.91</b> | <b>104.56</b> |
|         |                                 |            |              |               |              |              |               |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

20.09.2023г.  
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         |
|         | <b>Итого</b>                   | <b>510</b> | <b>65.59</b> | <b>694.72</b> | <b>17.25</b> | <b>26.46</b> | <b>96.66</b> |
| 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          |
|         | <b>Итого</b>                   | <b>717</b> | <b>65.59</b> | <b>623.22</b> | <b>29.23</b> | <b>27.9</b>  | <b>78.09</b> |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

21.09.2023г.  
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          |
|         | <b>Итого</b>                    | <b>630</b> | <b>65.59</b> | <b>802.83</b> | <b>30.72</b> | <b>30.46</b> | <b>115.82</b> |
|         |                                 |            |              |               |              |              |               |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                    | <b>810</b> | <b>65.59</b> | <b>623.22</b> | <b>30.94</b> | <b>71.7</b>  | <b>84.84</b>  |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

22.09.2023г.  
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            |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>605</b> | <b>65.59</b> | <b>753.04</b> | <b>16.7</b>  | <b>30.74</b> | <b>102.16</b> |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>790</b> | <b>65.59</b> | <b>683.38</b> | <b>25.77</b> | <b>21.42</b> | <b>111.18</b> |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

25.09.2023г.  
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          |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>495</b> | <b>65.59</b> | <b>635.61</b> | <b>16.7</b>  | <b>24.64</b>  | <b>87.71</b>  |
|         |   |            |              |               |              |               |               |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>670</b> | <b>65.59</b> | <b>823.97</b> | <b>23.35</b> | <b>112.32</b> | <b>111.18</b> |
|         |   |            |              |               |              |               |               |



Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

26.09.2023г.  
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          |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>655</b> | <b>65.59</b> | <b>799.32</b> | <b>17.68</b> | <b>29.5</b>  | <b>115.54</b> |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                              | <b>770</b> | <b>65.59</b> | <b>713.99</b> | <b>23.63</b> | <b>41.06</b> | <b>76.85</b>  |

Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 27.09.2023г.  
 Прием пищи Блюдо Выход, г Цена Калорийность Белки Жиры 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            |
|         | <b>Итого</b>                          | <b>555</b> | <b>65.59</b> | <b>643.91</b> | <b>16.9</b>  | <b>23.5</b>  | <b>105.57</b> |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                          | <b>780</b> | <b>65.59</b> | <b>711.17</b> | <b>33.59</b> | <b>25.37</b> | <b>101.42</b> |

Школа МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт" Отд./корп День 28.09.2023г.  
 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            |
|         | <b>Итого</b>                               | <b>630</b> | <b>65.59</b> | <b>726.13</b> | <b>17.1</b>  | <b>22.72</b> | <b>127.68</b> |
|         |  |            |              |               |              |              |               |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                               | <b>780</b> | <b>65.59</b> | <b>780.94</b> | <b>31.22</b> | <b>32.76</b> | <b>104.6</b>  |

Школа  
Прием пищи

МБОУ "НОШ с.Центора-Юрт"  
Блюдо

Отд./корп  
Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

День  
Жиры

29.09.2023г.  
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          |
|         | <b>Итого</b>                   | <b>630</b> | <b>65.59</b> | <b>828.31</b> | <b>25.83</b> | <b>43.7</b>  | <b>97.29</b>  |
| 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           |
|         | <b>Итого</b>                   | <b>720</b> | <b>65.59</b> | <b>723.18</b> | <b>26.72</b> | <b>27.37</b> | <b>106.85</b> |