1 НЕДЕЛЯ

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00885963B2F8BD9423B827D634D777C1C1
Владелец: Ольмусханов Сайдхамзат Магомедович
Действителен: с 12.12.2025 до 07.03.2027

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Джалкинская СШ №1 им. Д.Б.Абдурахманова»
_____С.М.Ольмусханов
01.09.2026 г.

Меню ежедневного питания на 2025-2026 учебный год

ЗАВТРАК

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
	Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	490	14,32	25,37	93,68	594,61

ОБЕД

День	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	ЭЦ, ккал
Понедельник	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,6
	Греча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73
	Котлета куриная	70	8,58	16,25	25,28	281,69
	Хлеб пшеничный	80	5,92	0,75	36,22	176,25
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	680	28,16	26,05	121,32	833,29

1 НЕДЕЛЯ

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Джалкинская СШ №1 им. Д.Б.Абдурахманова»
_____С.М.Ольмусханов
«_____»_____.20____ г.

Меню ежедневного питания

ЗАВТРАК

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
	Итого	500	11,59	11,06	95,69	528,66

ОБЕД

Вторник	Суп-пюре из картофеля №131	200	2	4,06	7,34	73,9
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	209,65
	Сосиски "Особые халяль"	50	9,5	13,5	2,74	170,46
	Хлеб пшеничный	80	7,89	1	48,29	176,25
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	660	23,06	24,03	104,56	669,28

1 НЕДЕЛЯ

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Джалкинская СШ №1 им. Д.Б.Абдурахманова»
_____С.М.Ольмусханов
«_____»_____.20____ г.

Меню ежедневного питания

ЗАВТРАК

Среда	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
	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
	Итого	430	15,34	21,7	52,07	465,14

ОБЕД

Среда	Борщ №81	200	11,1	10,85	8,56	176,29
	Сметана	10	0,25	2	0,34	20,4
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	3	5,1	11,4	103,5
	Салат из моркови с сухофруктами №24	60	6,96	8,85	0	107,76
	Хлеб пшеничный	50	7,89	1	48,29	176,25
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	650	29,23	27,9	78,09	623,22

1 НЕДЕЛЯ

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Джалкинская СШ №1 им. Д.Б.Абдурахманова»
_____С.М.Ольмусханов
«_____»_____.20____ г.

Меню ежедневного питания

ЗАВТРАК

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 халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59

ОБЕД

Четверг	Суп гороховый №127	200	7,15	48,15	15,61	524,39
	Картофельное пюре №377	150	4,05	6	8,7	105
	Котлета куриная	70	9,5	13,5	2,74	170,46
	Хлеб пшеничный	80	7,89	1	48,29	176,25
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	680	28,62	68,75	84,84	1015,12

1 НЕДЕЛЯ

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Джалкинская СШ №1 им. Д.Б.Абдурахманова»
_____С.М.Ольмусханов
«_____»_____.20____ г.

Меню ежедневного питания

ЗАВТРАК

Пятница	Рыбные нагетсы	75	13	0,5	0,8	59,7
	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
	Итого	485	22,58	16,55	49,67	437,95

ОБЕД

Пятница	Суп картофельный №112	200	3,25	3,37	10,75	86,33
	Плов с курицей №291	150	7,64	8,1	42,64	274,02
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
	Салат из свеклы с яблоками №28	70	6,96	8,85	0	107,76
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	700	25,77	21,42	111,18	683,38

2 НЕДЕЛЯ

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Джалкинская СШ №1 им. Д.Б.Абдурахманова»
_____С.М.Ольмусханов
«_____»_____.20____ г.

Меню ежедневного питания

ЗАВТРАК

Понедельник	Рыбные нагетсы	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	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	495	23,68	19,58	86,83	618,26

ОБЕД

Понедельник	Борщ со свежей капустой и томатом	200	5	10	20	190
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	3,82	4,05	21,32	137,01
	Салат из свежей капусты	100	8,58	16,25	25,28	281,69
	Хлеб пшеничный	70	5,92	0,75	36,22	176,25
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	700	23,35	31,15	112,32	823,97

2 НЕДЕЛЯ

Директор МБОУ «Джалкинская СШ №1 им. Д.Б.Абдурахманова»
_____С.М.Ольмусханов
«_____»_____.20____ г.

Меню ежедневного питания

ЗАВТРАК

Вторник	Сум молочный с макаронными 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 (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
	Итого	600	26,74	22,45	102,67	719,69

ОБЕД

Вторник	Суп картофельный с бобовыми №102	200	2	4,06	7,34	73,9
	Пюре картофельное №377	150	4,05	6	8,7	105
	Сосиски "Особые халяль"	50	9,5	13,5	2,74	170,46
	Хлеб пшеничный	80	7,89	1	48,29	176,25
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	660	23,47	24,66	76,57	564,63

2 НЕДЕЛЯ

Директор МБОУ «Джалкинская СШ №1 им. Д.Б.Абдурахманова»
_____С.М.Ольмусханов
«_____»_____.20____ г.

Меню ежедневного питания

ЗАВТРАК

Среда	Мюсли с молоком №179	135	15,9	7,7	15	194
	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
	Итого	485	21,94	17	65,57	504,14

ОБЕД

среда	Суп рисовый с мясом	250	1,76	4,95	7,9	83,19
	Картофель и овощи тушеные в соусе №142	150	16,95	10,47	35,73	304,95
	Хлеб пшеничный	60	7,89	1	48,29	176,25
	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком №42	60	6,96	8,85	0	107,76
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	700	33,59	25,37	101,42	711,17

2 НЕДЕЛЯ

Директор МБОУ «Джалкинская СШ №1 им. Д.Б.Абдурахманова»
_____С.М.Ольмусханов
«_____»_____.20____ г.

Меню ежедневного питания

ЗАВТРАК

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
	Итого	500	17,55	17,66	95,8	612,34

ОБЕД

Четверг	Суп с фасолью №119	200	3,2	3,94	7,38	77,8
	Плов с курицей №291	150	3,64	5,37	36,69	209,65
	Салат из моркови с сухофруктами №24	70	9,5	13,5	2,74	170,46
	Хлеб пшеничный	80	7,89	1	48,29	176,25
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	700	24.26	23,91	104,6	673,18

2 НЕДЕЛЯ

Директор МБОУ «Джалкинская СШ №1 им. Д.Б.Абдурахманова»
_____С.М.Ольмусханов
«_____»_____.20____ г.

Меню ежедневного питания

ЗАВТРАК

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	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
	Итого	490	14,32	25,37	93,68	594,61

ОБЕД

Пятница	Суп гороховый №127	200	8,88	8,68	6,85	141,04
	Котлета куриная	70	9,5	13,5	2,74	170,46
	Рис отварной №304	150	8,59	6,09	38,64	243,73
	Хлеб пшеничный	80	7,89	1	48,29	176,25
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого	680	34,89	29,37	106,02	770,5