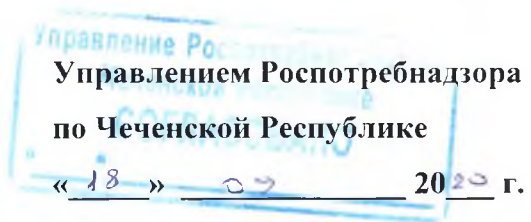


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 53» г. ГРОЗНЫЙ

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ



ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 53» г. ГРОЗНЫЙ

СОГЛАСОВАНО

Управлением Роспотребнадзора
по Чеченской Республике

« 18 » 09 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 53»

Гасуев И.С.

« 18 » 09 2020 г.

День 1.

Возрастная категория обучающихся – 7 – 10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
			жиры	белки	углеводы		В 1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
69	Каша из овсяных хлопьев молочная, жидкая	200	11,32	8,36	37,98	287,84	0,242	1,182	0,0	0,0	137,976	0,0	0,0	1,772
149	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
147	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,0	0,06	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,36
15	Сыр (порционнo)	10	2,66	2,63	0,0	35,0	0,003	0,07	0,022	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
136	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,04	60,1	0,0	0,0	0,0	0,0	9,02	0,0	0,0	0,06
144	Яблоки	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,0	0,0	1,65	0,0	0,0	12,0
Итого за день			22,77	14,41	81,37	586,99	0,327	8,752	0,022	0,0	157,846	0,0	0,0	14,192

СОГЛАСОВАНО

Управление Роспотребнадзора по
Управлением Роспотребнадзора
по Чеченской Республике
« 18 » 04 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 53»
Расуев И.С.
« 18 » 20 2025 г.

День 2.

Возрастная категория обучающихся – 7 – 10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
			жиры	белки	углеводы		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	220	9,66	6,23	42,75	283,69	0,084	1,3	0,0	0,0	132,945	0,0	0,0	0,489
149	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
147	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,0	0,06	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,36
15	Сыр (порционно)	10	2,66	2,63	0,0	35,0	0,003	0,07	0,022	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
136	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,04	60,1	0,0	0,0	0,0	0,0	9,02	0,0	0,0	0,06
Итого за день			21,61	13,02	90,75	594,49	0,167	2,17	0,022	0,0	183,245	29,2	23,0	1,529

СОГЛАСОВАНО

Управлением Роспотребнадзора
по Чеченской Республике

« 18 » 09 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 53»

Расуев И.С.

« 18 » 09 2020 г.

День 3.

Возрастная категория обучающихся – 7 – 10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
			жиры	белки	углеводы		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
66	Каша гречневая молочная	200	9,16	6,94	24,56	209,5	0,147	1,95	0,0	0,0	187,0	0,0	0,0	1,526
136	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,04	60,1	0,0	0,0	0,0	0,0	9,02	0,0	0,0	0,06
147	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,36
149	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
15	Сыр (порционно)	10	2,66	2,63	0,0	35,	0,003	0,07	0,022	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
144	Яблоки	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,0	0,0	1,65	0,0	0,0	12,0
Итого за день			20,61	12,99	67,95	508,65	0,232	9,52	0,022	0,0	206,87	0,0	0,0	13,946

СОГЛАСОВАНО

Управлением Роспотребнадзора
по Чеченской Республике

« 13 » 05 2020 г.

День 4.

Возрастная категория обучающихся – 7 – 10 лет

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 53»

Расуев И.С.

« 13 » 05 2020 г.



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
			жиры	белки	углеводы		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
93	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,6	6,04	18,2	148,0	0,08	0,9	0,04	0,32	165	144,0	24,1	0,54
136	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,04	60,1	0,0	0,0	0,0	0,0	9,02	0,0	0,0	0,06
147	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,36
149	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
15	Сыр (порционно)	10	2,66	2,63	0,0	35,	0,003	0,07	0,022	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
154	Груши	75	0,22	0,28	7,33	33,49	0,014	3,562	0,0	0,0	13,537	0,0	0,0	1,639
Итого за день			16,97	12,07	61,57	445,39	0,157	4,532	0,062	0,32	196,757	144,0	24,1	2,599

СОГЛАСОВАНО

Управлением Роспотребнадзора
по Чеченской Республике

« 18 » 09 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 53»

Расуев И.С.

« 18 » 09 2020 г.

День 5.

Возрастная категория обучающихся – 7 – 10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
			жиры	белки	углеводы		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
205	Отварные макароны с маслом	150	2,26	3,69	17,71	105,85	0,04	0,0	0,01	0,64	3,12	24,68	14,15	0,74
136	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,04	60,1	0,0	0,0	0,0	0,0	9,02	0,0	0,0	0,06
147	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,36
29	Сыр (порционно)	15	4,02	3,9	0,0	52,8	0,004	0,42	0,0	0,0	156,0	0,0	0,0	0,18
144	Яблоки	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,0	0,0	1,65	0,0	0,0	12,0
Итого за день			6,82	10,93	61,02	348,0	0,126	7,92	0,01	0,64	177,79	24,68	14,15	13,34

СОГЛАСОВАНО

Управлением Роспотребнадзора
по Чеченской Республике

« 18 » 03 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 53»

Расуев И.С.

« 18 » 03 2020 г.

День 6.

Возрастная категория обучающихся – 7 – 10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
			жиры	белки	углеводы		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
169	Каша пшенная молочная	200	2,51	2,7	17,83	104,76	0,07	0,0	0,01	0,1	7,43	55,19	19,38	0,65
147	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,36
149	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
136	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,04	60,1	0,0	0,0	0,0	0,0	9,02	0,0	0,0	0,06
154	Груши	75	0,22	0,28	7,33	33,49	0,014	3,562	0,0	0,0	13,537	0,0	0,0	1,639
Итого за день			12,02	7,14	73,16	414,05	0,164	4,362	0,01	0,01	71,267	84,39	42,38	3,329

СОГЛАСОВАНО

Управлением Роспотребнадзора
по Чеченской Республике

« 13 » 03 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 53»

Расуев И.С.

« 13 » 03 2020 г.

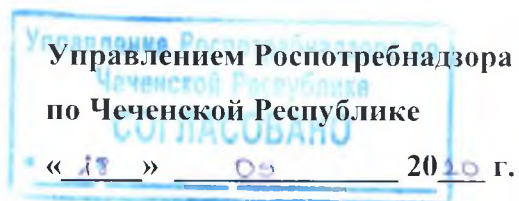


День 7.

Возрастная категория обучающихся – 7 – 10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
			жиры	белки	углеводы		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
69	Каша из овсяных хлопьев молочная, жидкая	200	11,32	8,36	37,98	287,84	0,242	1,182	0,0	0,0	137,976	0,0	0,0	1,772
29	Сыр (порционно)	15	4,02	3,9	0,0	52,8	0,004	0,42	0,0	0,0	156,0	0,0	0,0	0,18
149	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
136	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,04	60,1	0,0	0,0	0,0	0,0	9,02	0,0	0,0	0,06
154	Груши	75	0,22	0,28	7,33	33,49	0,014	3,562	0,0	0,0	13,537	0,0	0,0	1,639
Итого за день			23,81	12,62	60,43	509,03	0,26	5,164	0,0	0,0	317,733	0,0	0,0	3,651

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ



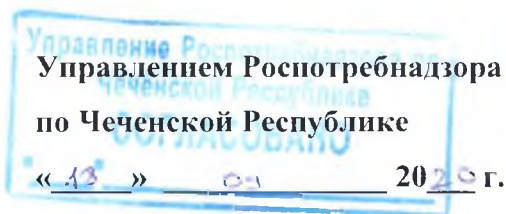
День 8.

Возрастная категория обучающихся – 7 – 10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
			жиры	белки	углеводы		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
67	Каша гречневая рассыпчатая	150,0	5,97	8,77	39,51	246,48	0,297	0,0	0,0	0,0	20,265	0,0	0,0	4,642
149	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
147	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,36
29	Сыр (порционно)	15	4,02	3,9	0,0	52,8	0,004	0,42	0,0	0,0	156,0	0,0	0,0	0,18
136	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,04	60,1	0,0	0,0	0,0	0,0	9,02	0,0	0,0	0,06
144	Яблоки	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,0	0,0	1,65	0,0	0,0	12,0
Итого за день			18,78	16,09	82,9	563,43	0,383	7,92	0,0	0,0	196,135	0,0	0,0	17,242

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ



День 9.

Возрастная категория обучающихся – 7 – 10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
			жиры	белки	углеводы		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	220	9,66	6,23	42,75	283,69	0,084	1,3	0,0	0,0	132,945	0,0	0,0	0,489
147	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,36
15	Сыр (порционнo)	10	2,66	2,63	0,0	35,0	0,003	0,07	0,022	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
149	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
136	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,04	60,1	0,0	0,0	0,0	0,0	9,02	0,0	0,0	0,06
144	Яблоки	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,0	0,0	1,65	0,0	0,0	12,0
Итого за день			21,11	12,28	86,14	582,84	0,169	8,87	0,022	0,0	152,815	0,0	0,0	12,909

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Управлением Роспотребнадзора
по Чеченской Республике
« 18 » 09 2020 г.

Директор МБОУ «СОШ № 53»
Расуев И.С.
« 18 » 2020 г.

День 10.

Возрастная категория обучающихся – 7 – 10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
			жиры	белки	углеводы		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
168	Каша молочная из пшеничной крупы	200	4,02	5,18	36,4	203,0	0,1	0,0	0,02	2,76	20,6	130,0	28,0	2,22
147	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,36
15	Сыр (порционно)	10	2,66	2,63	0,0	35,0	0,003	0,07	0,022	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
149	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
137	Чай сладкий с лимоном	200	0,0	0,08	10,32	43,22	0,004	3,601	0,0	0,0	11,848	0,0	0,0	0,091
144	Яблоки	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,0	0,0	1,65	0,0	0,0	12,0
Итого за день			15,47	11,31	75,07	485,27	0,189	11,171	0,042	2,76	43,298	130,0	28,0	14,671