

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 П. ЧИРИ-ЮРТ  
ШАЛИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА"**

**УТВЕРЖДЕНО**  
Директор  
**МБОУ "СОШ №2 п.Чири-Юрт"**  
**З.Х. Мальсагова**  
**Приказ №78 от 01.09.2025 г.**

**Перспективное двухнедельное меню для организации горячего питания  
(горячими завтраками и обедами )**

## Категория детей с 7 до 11 лет

## Завтраки - 1 неделя

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
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>14,52</b>	<b>17,6</b>	<b>75,84</b>	<b>519,84</b>
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
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>11,59</b>	<b>11,06</b>	<b>95,69</b>	<b>528,66</b>
Среда	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
	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
Четверг	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>22,91</b>	<b>32,55</b>	<b>53,38</b>	<b>598,11</b>
Пятница	Рис припущеный №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 халиль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>15,42</b>	<b>12,07</b>	<b>92,32</b>	<b>539,59</b>
Обеды - 1 неделя						
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	0
	Гречка отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	0
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	0
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	0
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	0
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>28,56</b>	<b>26,09</b>	<b>122,79</b>	<b>0</b>
Вторник	Суп-пюре из картофеля №131	200	4,64	4,76	13,72	0
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	0
	Сосиски "Особые халиль"	90	8,55	12,15	2,47	0
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	0
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	0
Среда	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>23,18</b>	<b>23,17</b>	<b>100,07</b>	<b>0</b>
Четверг	Борщ №81	250	9,1	10,85	8,56	0
	Сметана	10	0,25	2	0,34	0
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,46	5,79	30,46	0
	Салат из моркови с сухофруктами №24	60	0,72	3,66	9,72	0
Пятница	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	0
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	0
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>19,5</b>	<b>22,89</b>	<b>81,77</b>	<b>0</b>
	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	0
	Картофельное пюре №377	150	4,05	6	8,7	0
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	0
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	0
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	0
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>24,9</b>	<b>25,76</b>	<b>93,79</b>	<b>0</b>
	Суп картофельный №112	200	2,6	2,7	8,6	0
	Плов с курицей №291	150	13,56	8,38	28,58	0
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	0
	Салат из свеклы с яблоками №28	70	0,7	4,2	7,7	0
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	0
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>24,78</b>	<b>16,37</b>	<b>101,72</b>	<b>0</b>

**Завтраки - 2 неделя**

Понедельник		Завтраки - 2 неделя					
		Рыба припущеная	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		15	0,12	12,3	0,19	111,94
	Булочка домашняя		60	4,2	6,7	27,8	188,3
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>23,72</b>	<b>23,68</b>	<b>86,89</b>	<b>655,56</b>	
Вторник		Завтраки - 2 неделя					
		Сырники из творога запеченные №286	100	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
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>26,74</b>	<b>22,45</b>	<b>102,67</b>	<b>719,69</b>	
Среда		Завтраки - 2 неделя					
		Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35
	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
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>29,89</b>	<b>20,85</b>	<b>73,07</b>	<b>599,49</b>	
четверг		Завтраки - 2 неделя					
		Гречка 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
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>17,55</b>	<b>17,66</b>	<b>95,8</b>	<b>612,34</b>	
пятница		Завтраки - 2 неделя					
		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		20	0,16	16,4	0,26	74,64
	Котлета куриная		70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Яблоко №338		80	1,2	0,4	16,8	75,6
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>14,4</b>	<b>33,57</b>	<b>93,81</b>	<b>594,61</b>	
Обеды - 2 неделя							
Понедельник		Борщ со свежей капустой и томатом №83	200	5,01	3,8	12	190
		Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,46	5,79	30,46	195,79
	Салат из квашеной капусты с луком №9		100	1,6	6	8,2	94
	Хлеб пшеничный	70		5,53	0,7	33,81	163,66
	Чай с лимоном №459		180	0,03	0,09	8,55	35,13
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>17,63</b>	<b>16,38</b>	<b>93,02</b>	<b>678,58</b>	
Вторник		Обеды - 2 неделя					
		Суп картофельный с бобовыми №102	200	6,39	3,22	13,23	108,46
	Пюре картофельное №377		150	4,05	6	8,7	105
	Сосиски "Особые халляль"		90	8,55	12,15	2,47	153,43
	Хлеб пшеничный	80		6,32	0,8	38,64	187,04
	Чай с лимоном №459		180	0,03	0,09	8,55	35,13
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>25,34</b>	<b>22,26</b>	<b>71,59</b>	<b>589,06</b>	
среда		Обеды - 2 неделя					
		Суп рисовый с мясом	250	10,1	6,7	18,88	0
	Картофель и овощи тушеные в соусе №142		150	3,26	12,59	22,66	216,99
	Хлеб пшеничный	60		4,74	0,6	29,98	144,28
	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком №42		60	1,05	3,71	5,55	59,79
	Чай с лимоном №459		180	0,03	0,09	8,55	35,13
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>19,18</b>	<b>23,69</b>	<b>85,62</b>	<b>456,19</b>	
четверг		Обеды - 2 неделя					
		Суп с фасолью №119	200	5,72	19,4	17,49	170,44
	Плов с курицей №291		150	13,56	8,38	28,58	0
	Салат из моркови с сухофруктами №24		70	0,84	4,27	11,34	87,15
	Хлеб пшеничный	80		6,32	0,8	38,64	187,04
	Чай с лимоном №459		200	0,03	0,1	9,5	39,02
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>26,47</b>	<b>32,95</b>	<b>105,55</b>	<b>483,65</b>	
Пятница		Обеды - 2 неделя					
		Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	0
	Котлета куриная		90	8,58	16,25	25,28	0
	Рис отварной №304		150	3,64	5,37	36,69	0
	Хлеб пшеничный	80		6,32	0,8	38,64	187,04
	Чай с лимоном №459		180	0,03	0,09	8,55	35,13
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>24,49</b>	<b>25,13</b>	<b>121,78</b>	<b>222,17</b>	