Утверждаю

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Гудиев

**Обеды в МБОУ «СОШ№1 ст.Ассиновская»**

**на 2025-2026 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **День** | **Наименование** | **Выход,г** | **Белки,г** | **Жиры,г** | **Углеводы,г** | **ЭЦ,ккал** |
|
| **1 -день** | Суп картофельный с бобовыми №113 | 200 | 5,04 | 2,86 | 11,68 | 92,62 |
| Греча отварная №4.3 | 150 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 243,73 |
| Котлета куриная | 90 | 8,58 | 16,25 | 25,28 | 281,69 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 6,32 | 0,8 | 38,64 | 187,04 |
| Чай с лимоном №459 | 180 | 0,03 | 0,09 | 8,55 | 35,13 |
| **Итого** | **700** | **28,56** | **26,09** | **122,79** | **840,21** |

Утверждаю

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Гудиев

**Обеды в МБОУ «СОШ№1 ст.Ассиновская»**

**на 2025-2026 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2- день** | Суп-пюре из картофеля №131 | 200 | 4,64 | 4,76 | 13,72 | 116,28 |
| Рис отварной №304 | 150 | 3,64 | 5,37 | 36,69 | 209,65 |
| Сосиски "Особые халяль" | 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 |
|  | **Итого** | **700** | **23,18** | **23,17** | **100,07** | **701,53** |

Утверждаю

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Гудиев

**Обеды в МБОУ «СОШ№1 ст.Ассиновская»**

**на 2025-2026 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3-день** | Борщ №81 | 250 | 9,1 | 10,85 | 8,56 | 168,29 |
| Сметана | 10 | 0,25 | 2 | 0,34 | 20,36 |
| Макаронные изделия отварные с маслом №203 | 150 | 5,46 | 5,79 | 30,46 | 195,79 |
| Салат из моркови с сухофруктами №24 | 60 | 0,72 | 3,66 | 9,72 | 74,7 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,94 | 0,5 | 24,14 | 116,82 |
| Чай с лимоном №459 | 180 | 0,03 | 0,09 | 8,55 | 35,13 |
|  | **Итого** | **700** | **19,5** | **22,89** | **81,77** | **611,09** |

Утверждаю

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Гудиев

**Обеды в МБОУ «СОШ№1 ст.Ассиновская»**

**на 2025-2026 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **4 - день** | Суп гороховый №127 | 200 | 5,92 | 2,62 | 12,62 | 97,74 |
| Картофельное пюре №377 | 150 | 4,05 | 6 | 8,7 | 105 |
| Котлета куриная | 90 | 8,58 | 16,25 | 25,28 | 281,69 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 6,32 | 0,8 | 38,64 | 187,04 |
| Чай с лимоном №459 | 180 | 0,03 | 0,09 | 8,55 | 35,13 |
| **Итого** | **700** | **24,9** | **25,76** | **93,79** | **706,6** |

Утверждаю

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Гудиев

**Обеды в МБОУ «СОШ№1 ст.Ассиновская**

**на 2025-2026 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **5 -день** | Суп картофельный №112 | 200 | 2,6 | 2,7 | 8,6 | 69,1 |
| Плов с курицей №291 | 150 | 13,56 | 8,38 | 28,58 | 243,98 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,89 | 1 | 48,29 | 233,72 |
| Салат из свеклы с яблоками №28 | 70 | 0,7 | 4,2 | 7,7 | 71,4 |
| Чай с лимоном №459 | 180 | 0,03 | 0,09 | 8,55 | 35,13 |
| **Итого** | **700** | **24,78** | **16,37** | **101,72** | **653,33** |

Утверждаю

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Гудиев

**Обеды в МБОУ «СОШ№1 ст.Ассиновская»**

**на 2025-2026 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **6- день** | 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 |
| **Итого** | **700** | **17,63** | **16,38** | **93,02** | **678,58** |

Утверждаю

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Гудиев

**Обеды в МБОУ «СОШ№1 ст.Ассиновская»**

**на 2025-2026 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **7- день** | 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 халяль" | 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 |
| **Итого** | **700** | **25,34** | **22,26** | **71,59** | **589,06** |

Утверждаю

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Гудиев

**Обеды в МБОУ «СОШ№1 ст.Ассиновская»**

**на 2025-2026 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **8 -день** | Суп рисовый с мясом | 250 | 10,1 | 6,7 | 18,88 | 176,22 |
| 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 |
| **Итого** | **700** | **19,18** | **23,69** | **85,62** | **632,41** |

Утверждаю

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Гудиев

**Обеды в МБОУ «СОШ№1 ст.Ассиновская»**

**на 2025-2026 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **9-день** | Суп с фасолью №119 | 200 | 5,72 | 19,4 | 17,49 | 170,44 |
| Плов с курицей №291 | 150 | 13,56 | 8,38 | 28,58 | 243,98 |
| 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 |
| **Итого** | **700** | **26,47** | **32,95** | **105,55** | **727,63** |

Утверждаю

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Гудиев

**Обеды в МБОУ «СОШ№1 ст.Ассиновская»**

**на 2025-2026 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **10- день** | Суп гороховый №127 | 200 | 5,92 | 2,62 | 12,62 | 97,74 |
| Котлета куриная | 90 | 8,58 | 16,25 | 25,28 | 281,69 |
| Рис отварной №304 | 150 | 3,64 | 5,37 | 36,69 | 209,65 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 6,32 | 0,8 | 38,64 | 187,04 |
| Чай с лимоном №459 | 180 | 0,03 | 0,09 | 8,55 | 35,13 |
| **Итого** | **700** | **24,49** | **25,13** | **121,78** | **811,25** |