

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» г. АРГУН**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №7» г. Аргун

_____ Г.С. Оздоев

«20» ноября 2023 г.

День 1

Возрастная категория: 6 – 11 лет

Длительность пребывания детей: 4 часа

Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Мюсли с молоком №179	135	7,32	5,5	26,52	184,86
Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
Сыр порциями	30	6,96	8,88	0	107,76
Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5
Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
Итого	600	25,93	22,43	121,04	790,69

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» г. АРГУН**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №7» г. Аргун

_____ Г.С. Оздоев

«20» ноября 2023 г.

День 2

Возрастная категория: 6 – 11 лет

Длительность пребывания детей: 4 часа

Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Каша рисовая с изюмом №177	200	6,09	10,88	47,99	314,24
Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5
Итого	610	17,08	21,93	133,31	741,46

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» г. АРГУН**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №7» г. Аргун

_____ Г.С. Оздоев

«20» ноября 2023 г.

День 3

Возрастная категория: 6 – 11 лет

Длительность пребывания детей: 4 часа

Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Омлет с морковью №214	65	5,52	10,21	2,01	122,01
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
Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5
Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
Итого	510	17,25	26,46	96,66	694,72

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» г. АРГУН**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №7» г. Аргун

_____ Г.С. Оздоев

«20» ноября 2023 г.

День 4

Возрастная категория: 6 – 11 лет

Длительность пребывания детей: 4 часа

Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Рис припущенный №305	200	4,85	5,73	48,89	266,53
Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
Сыр порциями	30	6,96	8,88	0	107,76
Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
Сосиски "Особые халяль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46
Итого	630	30,72	30,46	115,82	802,83

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» г. АРГУН**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №7» г. Аргун

_____ Г.С. Оздоев

«20» ноября 2023 г.

День 5

Возрастная категория: 6 – 11 лет

Длительность пребывания детей: 4 часа

Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Каша гречневая №183	210	9,09	12,99	35,18	293,99
Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
Масло сливочное (порциями) №14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5
Итого	605	16,7	30,74	102,16	753,04

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» г. АРГУН**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №7» г. Аргун

_____ Г.С. Оздоев

«20» ноября 2023 г.

День 6

Возрастная категория: 6 – 11 лет

Длительность пребывания детей: 4 часа

Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
Масло сливочное (порциями) №14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
Соус красный основной №422	50	1	1,3	3,09	28,06
Итого	495	16,7	24,64	87,71	635,61

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» г. АРГУН**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №7» г. Аргун

_____ Г.С. Оздоев

«20» ноября 2023 г.

День 7

Возрастная категория: 6 – 11 лет

Длительность пребывания детей: 4 часа

Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Суп молочный с макаронными изделиями №120	200	4,38	3,8	14,36	109,16
Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25
Масло сливочное (порциями) №14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5
Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
Итого	655	17,68	29,5	115,54	799,32

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» г. АРГУН**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №7» г. Аргун

_____ Г.С. Оздоев

«20» ноября 2023 г.

День 8

Возрастная категория: 6 – 11 лет

Длительность пребывания детей: 4 часа

Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Мюсли с молоком №179	135	7,32	5,5	26,52	184,86
Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
Масло сливочное (порциями) №14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5
Итого	555	16,9	23,5	105,57	643,91

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» г. АРГУН**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №7» г. Аргун

_____ Г.С. Оздоев

«20» ноября 2023 г.

День 9

Возрастная категория: 6 – 11 лет

Длительность пребывания детей: 4 часа

Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Каша жидкая молочная из манной крупы (181)	210	6,03	3,47	42,23	224,27
Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
Масло сливочное (порциями) №14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5
Итого	630	17,1	22,72	127,68	726,13

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» г. АРГУН**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №7» г. Аргун

_____ Г.С. Оздоев

«20» ноября 2023 г.

День 10

Возрастная категория: 6 – 11 лет

Длительность пребывания детей: 4 часа

Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Картофельное пюре №377	150	4,05	6	8,7	105
Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25
Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
Масло сливочное (порциями) №14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
Сосиски "Особые халяль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46
Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
Итого	630	25,83	43,7	97,29	828,31