

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00DF42C69C894633A66C0F1A65CF78C4E9  
Владелец: Бакаева Милана Балаудиновна  
Действителен: с 27.06.2025 до 20.09.2026

Утверждаю  
Директор МБОУ  
«СОШ № 5  
им.З.А.Кадырова» г.  
Грозного  
Бакаева Милана  
Балаудиновна

| ЗАВТРАК     |                                    |         |         |        |            |         |
|-------------|------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| 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    |
|             | Итого                              | 500     | 14,52   | 17,6   | 75,84      | 519,84  |
| 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  |
| Среда       | Омлет с сыром №275                 | 150     | 16,87   | 23,25  | 2,81       | 287,47  |
|             | Чай с лимоном №459                 | 200     | 0,03    | 0,1    | 9,5        | 36,02   |
|             | Хлеб пшеничный                     | 60      | 4,73    | 0,6    | 24,14      | 116,88  |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14     | 10      | 0,08    | 8,2    | 0,13       | 72,64   |
|             | Яблоко №338                        | 80      | 1,2     | 0,4    | 16,8       | 75,6    |
|             | Итого                              | 500     | 22,91   | 32,55  | 53,38      | 588,61  |
| 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 (любимые)                  | 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  |
| пятница     | Рыба припущенная                   | 90      | 15,6    | 0,6    | 0,96       | 71,64   |
|             | Картофельное пюре №377             | 150     | 4,04    | 8      | 8,7        | 119,96  |
|             | Хлеб пшеничный                     | 50      | 3,94    | 0,5    | 24,14      | 120,82  |
|             | 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                              | 500     | 25,18   | 18,65  | 49,83      | 468,89  |
| 2 неделя    |                                    |         |         |        |            |         |
| Понедельник | Рыба припущенная                   | 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    | 9,6        | 118,75  |
|             | Итого                              | 500     | 23,72   | 23,68  | 68,69      | 586,01  |
| Вторник     | Сырники из творога запеченные №286 | 150     | 17      | 4      | 19         | 195     |
|             | 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                        | 100     | 1,2     | 0,4    | 16,8       | 75,6    |
|             | Итого                              | 500     | 23,66   | 6,25   | 75,84      | 469,25  |
| Среда       | Запеканка из творога №279          | 150     | 23,85   | 11,55  | 22,5       | 286,35  |
|             | Чай с лимоном №459                 | 200     | 0,03    | 0,1    | 9,5        | 36,02   |
|             | Хлеб пшеничный                     | 60      | 4,73    | 0,6    | 24,14      | 117,88  |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14     | 10      | 0,08    | 8,2    | 0,13       | 72,64   |
|             | Яблоко №338                        | 80      | 1,2     | 0,4    | 16,8       | 73,6    |
|             | Итого                              | 500     | 29,89   | 20,85  | 73,07      | 586,49  |
| четверг     | Греча отварная №4,3                | 100     | 5,73    | 4,06   | 25,76      | 149,6   |
|             | Хлеб пшеничный                     | 50      | 3,94    | 0,5    | 24,14      | 116,82  |
|             | Котлета куриная                    | 70      | 6,65    | 12,6   | 19,6       | 210,4   |
|             | Чай с лимоном №459                 | 200     | 0,03    | 0,1    | 9,5        | 36,02   |
|             | Яблоко №338                        | 80      | 1,2     | 0,4    | 16,8       | 73,6    |
|             | Итого                              | 500     | 17,55   | 17,66  | 95,8       | 586,44  |
| пятница     | Рис отварной №304                  | 100     | 2,43    | 3,58   | 24,46      | 126,2   |
|             | Хлеб пшеничный                     | 50      | 3,94    | 0,5    | 24,14      | 116,88  |
|             | Чай с лимоном №459                 | 180     | 0,02    | 0,09   | 8,55       | 35,09   |
|             | Котлета куриная                    | 70      | 6,65    | 12,6   | 19,6       | 210,4   |
|             | Яблоко №338                        | 80      | 1,2     | 0,4    | 16,8       | 73,6    |
|             | Итого                              | 480     | 14,24   | 17,17  | 93,55      | 562,17  |

