



Утверждаю  
Директор  
школы № 8  
У.Б.Эльсаров  
01.09.2022г.

| День        | Наименование                               | Выходг     | Белкиг       | Жирыг        | Углеводыг    | ЭЦ,ккал       |
|-------------|--------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Понедельник | Суп молочный с крупой (рис)                | 200        | 4,82         | 1,02         | 16,83        | 132,4         |
|             | Хлеб пшеничный                             | 100        | 7,9          | 1            | 48,3         | 235           |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|             | Сок (Лидер-А)                              | 200        |              |              | 4            | 15            |
|             | <b>Итого</b>                               | <b>510</b> | <b>12,72</b> | <b>10,22</b> | <b>69,23</b> | <b>457,4</b>  |
| Вторник     | Каша овсяная "Геркулес"                    | 180        | 7,3          | 8,9          | 32           | 238           |
|             | Чай с лимоном                              | 200        | 0,04         | 0            | 10,12        | 41,26         |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|             | Хлеб пшеничный                             | 75         | 5,92         | 0,75         | 36,22        | 176,25        |
|             | <b>Итого</b>                               | <b>465</b> | <b>13,26</b> | <b>17,85</b> | <b>78,44</b> | <b>530,51</b> |
| Среда       | Каша жидкая молочная из манной крупы (181) | 210        |              |              |              |               |
|             | Хлеб пшеничный                             | 75         | 5,92         | 0,75         | 36,22        | 176,25        |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|             | Сок (Лидер-А)                              | 200        |              |              | 4            | 15            |
|             | <b>Итого</b>                               | <b>495</b> | <b>5,92</b>  | <b>8,95</b>  | <b>40,32</b> | <b>266,25</b> |
| Четверг     | Картофельное пюре                          | 150        | 4,3          | 6,05         | 42,3         | 164,2         |
|             | Чай с лимоном                              | 200        | 0,04         | 0            | 10,12        | 41,26         |
|             | Хлеб пшеничный                             | 75         | 5,92         | 0,75         | 36,22        | 176,25        |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|             | Сосиски "Особые халяль"                    | 50         | 4,75         | 6,75         |              | 80,5          |
|             | <b>Итого</b>                               | <b>485</b> | <b>15,01</b> | <b>21,75</b> | <b>88,74</b> | <b>537,21</b> |
| Пятница     | Каша гречневая                             | 210        | 8,56         | 3,81         | 54,17        | 285,21        |
|             | Хлеб пшеничный                             | 75         | 5,92         | 0,75         | 36,22        | 176,25        |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|             | Сок (Лидер-А)                              | 200        |              |              | 4            | 15            |
|             | <b>Итого</b>                               | <b>495</b> | <b>14,48</b> | <b>12,76</b> | <b>94,49</b> | <b>551,46</b> |
| Суббота     | Суп молочный с крупой (рис)                | 200        | 4,82         | 1,02         | 16,83        | 132,4         |
|             | Хлеб пшеничный                             | 100        | 7,9          | 1            | 48,3         | 235           |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|             | Сок (Лидер-А)                              | 200        |              |              | 4            | 15            |
|             | <b>Итого</b>                               | <b>510</b> | <b>12,72</b> | <b>10,22</b> | <b>69,23</b> | <b>457,4</b>  |
| Понедельник | Рис отварной                               | 100        |              |              |              |               |
|             | Хлеб пшеничный                             | 75         | 5,92         | 0,75         | 36,22        | 176,25        |
|             | Чай с лимоном                              | 200        | 0,04         | 0            | 10,12        | 41,26         |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|             | Сосиски "Особые халяль"                    | 50         | 4,75         | 6,75         |              | 80,5          |
|             | <b>Итого</b>                               | <b>435</b> | <b>10,71</b> | <b>15,7</b>  | <b>46,44</b> | <b>373,01</b> |
| Вторник     | Каша жидкая молочная из манной крупы       | 210        | 6,03         | 3,47         | 42,23        | 224,27        |
|             | Хлеб пшеничный                             | 75         | 5,92         | 0,75         | 36,22        | 176,25        |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|             | Сок (Лидер-А)                              | 200        |              |              | 4            | 15            |
|             | <b>Итого</b>                               | <b>495</b> | <b>11,95</b> | <b>12,42</b> | <b>82,55</b> | <b>490,52</b> |
| среда       | Каша овсяная "Геркулес"                    | 180        | 7,3          | 8,9          | 32           | 238           |
|             | Хлеб пшеничный                             | 75         | 5,92         | 0,75         | 36,22        | 176,25        |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|             | Чай с лимоном                              | 200        | 0,04         | 0            | 10,12        | 41,26         |
|             | <b>Итого</b>                               | <b>465</b> | <b>13,26</b> | <b>17,85</b> | <b>78,44</b> | <b>530,51</b> |
| четверг     | Каша жидкая молочная из манной крупы (181) | 210        |              |              |              |               |
|             | Хлеб пшеничный                             | 75         | 5,92         | 0,75         | 36,22        | 176,25        |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |

|         |                            |            |              |              |              |               |
|---------|----------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ч       | Сок (Лидер-А)              | 200        |              |              | 4            | 15            |
|         | <b>Итого</b>               | <b>495</b> | <b>5,92</b>  | <b>8,95</b>  | <b>40,32</b> | <b>266,25</b> |
| пятница | Картофельное пюре          | 150        | 4,3          | 6,05         | 42,3         | 164,2         |
|         | Хлеб пшеничный             | 75         | 5,92         | 0,75         | 36,22        | 176,25        |
|         | Чай с лимоном              | 200        | 0,04         | 0            | 10,12        | 41,26         |
|         | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|         | Сосиски "Особые халяль"    | 50         | 4,75         | 6,75         |              | 80,5          |
|         | <b>Итого</b>               | <b>485</b> | <b>15,01</b> | <b>21,75</b> | <b>88,74</b> | <b>537,21</b> |
| суббота | Рис отварной               | 100        |              |              |              |               |
|         | Хлеб пшеничный             | 75         | 5,92         | 0,75         | 36,22        | 176,25        |
|         | Чай с лимоном              | 200        | 0,04         | 0            | 10,12        | 41,26         |
|         | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10         | 0            | 8,2          | 0,1          | 75            |
|         | Сосиски "Особые халяль"    | 50         | 4,75         | 6,75         |              | 80,5          |
|         | <b>Итого</b>               | <b>435</b> | <b>10,71</b> | <b>15,7</b>  | <b>46,44</b> | <b>373,01</b> |