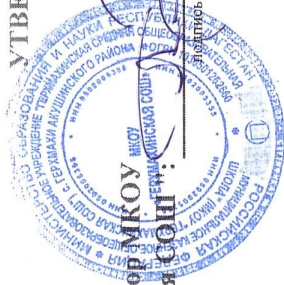


УТВЕРЖДАЮ:



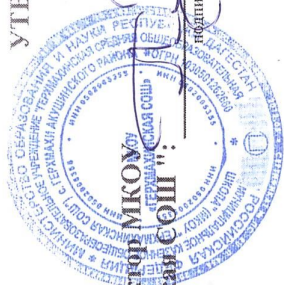
Директор МКОУ  
"Гермахинская СОШ"  
Магомедов А.М.  
расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Гермахинская СОШ"

1 ДЕНЬ

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	Y		В1	А	С	Са	P	Mg	Fe			
															Б	Ж	У
14/2010	Салат овощной	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	0,00	15,00	8,40	15,60	12,00	0,54				
170/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1,81	4,91	125,25	102,50	0,05	0,00	10,29	44,38	53,23	26,25	1,19				
304/2010	Птица тушеная	80/130	20,30	17,00	35,69	377,00	0,06	48,00	1,01	45,10	199,30	47,50	2,19				
868/2005	Каша гречневая рассыпчатая	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	0,00	1,08	6,40	3,60	0,00	0,18				
1035/2005	Яблочный сок	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50				
1035/2005	Хлеб	86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50				
	<b>ИТОГО:</b>		<b>26,65</b>	<b>22,50</b>	<b>211,63</b>	<b>702,27</b>											

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ  
"Гермахинская СОШ":

Магомедов А.М.  
расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Гермахинская СОШ"

2 ДЕНЬ

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
								Ві	А	С	Са	Р	Mg	Fe			
			Б	Ж	У	У											
43/2004	Салат из свежей капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44	0,02	0,00	19,47	22,42	16,57	9,10	0,31				
206/2005	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,23	0,00	5,81	38,08	87,18	35,30	2,03				
304/2010	Плов из говядины	100/160	25,38	21,25	44,61	471,25	0,08	60,00	1,26	56,38	249,13	59,38	2,74				
	Сок (нектар) фруктовый пром. произ-ва	200,00	1,00	0,03	24,00	94,00											
1035/2005	Хлеб	86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50				
	<b>ИТОГО:</b>		<b>36,56</b>	<b>30,08</b>	<b>114,00</b>	<b>866,61</b>											

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ

"Гермахинская СОШ "ЖУС  
"Гермахинская СОШ"  
подпись

Магомедов А.М.

расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Гермахинская СОШ"

3 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe			
45/2010	Салат овощной	60	1,36	6,18	8,44	94,80	0,06	0,00	10,25	23,20	44,97	20,75	0,85				
170/2005	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,81	4,91	125,25	102,50	0,05	0,00	10,29	44,38	53,23	26,25	1,19				
608/2005	Говядина отварная	50	7,78	5,68	7,85	114,38	0,05	14,38	0,08	21,88	83,19	16,06	0,75				
688/2005	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,60	21,00	0,00	4,86	37,17	21,12	1,11				
	Сок (нектар) фруктовый пром. произ-ва	200,00	1,00	0,03	24,00	94,00											
1035/2005	Хлеб	86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50				
	Йогурт	100	4,10	1,50	5,90	57,00											
	<b>ИТОГО:</b>		<b>21,31</b>	<b>21,79</b>	<b>215,64</b>	<b>688,30</b>											

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ  
"Гермахинская СОШ"

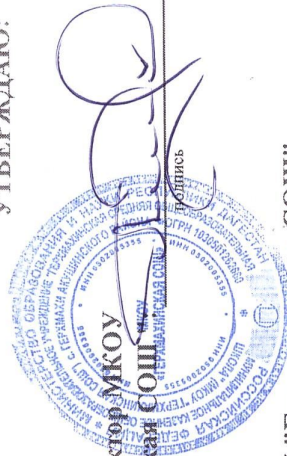
Магомедов А.М.  
расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Гермахинская СОШ"

4 ДЕНЬ

Комплексный обед														
№ рецептуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	А	С	Са	Р	Mg	Fe	
558/2005	Салат из консервированной кукурузы и горошка	60	0,84	4,85	3,38	60,91	0,024	0,00	3,35	18,09	24,04	12,59	0,45	
170/2005	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,81	4,91	125,25	102,50	0,05	0,00	10,29	44,38	53,23	26,25	1,19	
532/2005	Котлета из говядины	50	14,23	1,91	0,28	75,00	0,04	0,00	0,28	6,56	116,50	15,13	1,18	
694/2005	Пюре из картофеля	150	3,06	4,80	20,45	137,25	0,14	25,50	18,17	36,98	86,60	27,75	1,01	
	Чай	200	0,1	0	0	2								
1035/2005	Хлеб	86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50	
	Печенье	50	3,8	9,8	33	230	0,004	0,00	0,00	1	0,65	3,45	0,05	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>23,88</b>	<b>16,94</b>	<b>173,01</b>	<b>491,83</b>								

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ

Магомедов А.М.

расшифровка подписи

"Герхмахинская СОШ"

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Герхмахинская СОШ"

5 ДЕНЬ

Комплексный обед														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	А	С	Са	Р	Mg	Fe	
45/2010	Салат овощной	60	1,36	6,18	8,44	94,80	0,06	0,00	10,25	23,20	44,97	20,75	0,85	
204/2005	Суп рисовый с говядиной (харчо)	250/15	6,18	3,30	14,65	113,00	0,11	0,00	8,33	24,98	96,93	29,45	1,24	
532/2005	Говядина отварная	50	14,23	1,91	0,28	75,00	0,04	0,00	0,28	6,56	116,50	15,13	1,18	
688/2005	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,60	21,00	0,00	4,86	37,17	21,12	1,11	
	Сок (нектар) фруктовый пром. произ-ва	200,00	1,00	0,03	24,00	94,00								
1035/2005	Хлеб	86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>32,13</b>	<b>16,41</b>	<b>97,47</b>	<b>659,42</b>								

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ  
"Гермахинская СОШ"

Магомедов А.М.

расшифровка подписи

подпись

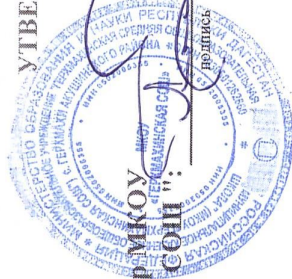
Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Гермахинская СОШ"

6 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Мg	Fe			
45/2010	Салат овощной	60	1,36	6,18	8,44	94,80	0,06	0,00	10,25	23,20	44,97	20,75	0,85			
204/2005	Суп рисовый с говяжьей (харчо)	250/15	6,18	3,30	14,65	113,00	0,11	0,00	8,33	24,98	96,93	29,45	1,24			
532/2005	Говядина отварная	50	14,23	1,91	0,28	75,00	0,04	0,00	0,28	6,56	116,50	15,13	1,18			
688/2005	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,60	21,00	0,00	4,86	37,17	21,12	1,11			
	Сок (нектар) фруктовый пром. произ-ва	200,00	1,00	0,03	24,00	94,00										
1035/2005	Хлеб	86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50			
	<b>ИТОГО:</b>		<b>32,13</b>	<b>16,41</b>	<b>97,47</b>	<b>659,42</b>										

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ  
"Гермахинская СОШ":

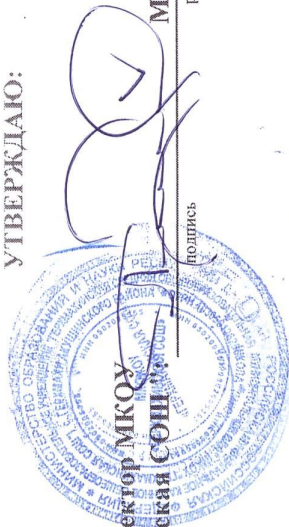
Магомедов А.М.  
расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Гермахинская СОШ"

7 ДЕНЬ

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б		Ж			У	В <sub>1</sub>	А	С	Са	Р	Mg	Fe		
			Б	Ж	У	В <sub>1</sub>		А	С	Са	Р	Mg	Fe				
45/2010	Винегрет овощной	100	1,36	6,18	8,44	94,80	0,06	0,00	10,25	23,20	44,97	20,75	0,85				
301/2005	Птица тушеная	80	17,65	14,58	4,70	221,00	0,05	43,00	0,02	54,50	132,90	20,30	1,62				
679/2005	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	0,18	0,02	0,00	12,98	208,50	67,50	3,95				
859/2005	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,00	0,02	0,00	0,02	12,00	2,40	0,00	0,80				
1035/2005	Хлеб	86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50				
	<b>Итого:</b>		<b>30,51</b>	<b>27,04</b>	<b>94,93</b>	<b>770,42</b>											

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ  
"Гермахинская СОШ"

Магомедов А.М.  
расшифровка подписи

подпись

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Гермахинская СОШ"

8 ДЕНЬ

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	Y		В1	А	С	Ca	P	Mg	Fe	
															Б
45/2010	Винегрет овощной	100	1,36	6,18	8,44	8,44	94,80	0,06	0,00	10,25	23,20	44,97	20,75	0,85	
170/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1,81	4,91	125,25	125,25	102,50	0,05	0,00	10,29	44,38	53,23	26,25	1,19	
301/2005	Птица тушеная	80	17,65	14,58	4,70	4,70	221,00	0,05	43,00	0,02	54,50	132,90	20,30	1,62	
868/2005	Каша гречневая рассыпчатая	200	0,04	0,00	24,76	24,76	94,20	0,01	0,00	1,08	6,40	3,60	0,00	0,18	
1035/2005	Хлеб	40	3,84	0,47	23,65	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50	
859/2005	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	22,30	110,00	0,02	0,00	0,02	12,00	2,40	0,00	0,80	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>24,90</b>	<b>26,34</b>	<b>209,10</b>	<b>209,10</b>	<b>736,67</b>								



УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ  
"Гермахиинская СОШ"

*(Signature)*

Магомедов А.М.

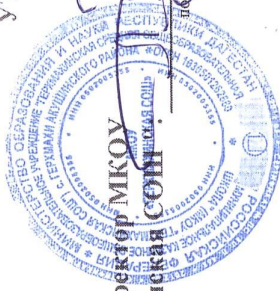
расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Гермахиинская СОШ"

9 ДЕНЬ

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Мg	Fe					
558/2005	Салат из свежиды, моркови и зелен. горошка	60	0,84	4,85	3,38	60,91	0,024	0,00	3,35	18,09	24,04	12,59	0,45					
532/2005	Говядина отварная	50	14,23	1,91	0,28	75,00	0,04	0,00	0,28	6,56	116,50	15,13	1,18					
688/2005	Макаронны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,60	21,00	0,00	4,86	37,17	21,12	1,11					
868/2005	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	0,00	1,08	6,40	3,60	0,00	0,18					
1035/2005	Хлеб	86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50					
	Йогурт	100	4,10	1,50	5,90	57,00												
	<b>ИТОГО:</b>		<b>24,47</b>	<b>11,75</b>	<b>78,52</b>	<b>512,73</b>												

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ

Магомедов А.М.

расшифровка подписи

"Герхмахинская СОШ"

подпись

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Герхмахинская СОШ"

10 ДЕНЬ

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Комплексный обед				Витамины, мг						Минеральные вещества, мг			
			Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Вi	A	C	Ca	P	Mg	Fe		
			Б	Ж	У	Y										
51/2005	Салат из свеклы и яблока	60	1,08	3,00	15,00	91,32	0,028	0,84	4,51	29,57	0,28	16,54	1,12			
170/2005	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,81	4,91	125,25	102,50	0,05	0,00	10,29	44,38	53,23	26,25	1,19			
532/2005	Говядина отварная	50	14,23	1,91	0,28	75,00	0,04	0,00	0,28	6,56	116,50	15,13	1,18			
	Чай	200	0,1	0	0	2										
1035/2005	Хлеб	86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50			
	Печенье	50	3,8	9,8	33	230	0,004	0,00	0,00	1	0,65	3,45	0,05			
	<b>ИТОГО:</b>		<b>24,86</b>	<b>20,09</b>	<b>197,18</b>	<b>614,99</b>										

УТВЕРЖДАЮ:



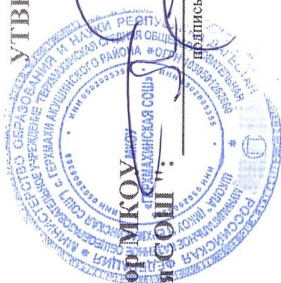
Директор МКОУ "Гермахинская СОШ" **Магомедов А.М.**  
расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Гермахинская СОШ"

11 ДЕНЬ

Комплексный обед															
№ рецептуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	Y		В1	А	С	Ca	P	Mg	Fe	
43/2004	Салат из свежей капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44	0,02	0,00	19,47	22,42	16,57	9,10	0,31		
304/2010	Плов из курицы	250/25/50	25,38	21,25	44,61	471,25	0,08	60,00	1,26	56,38	249,13	59,38	2,74		
692/2005	Какао с молоком	5	14,23	1,91	0,28	75,00	0,04		0,28	6,56	116,50	15,13	1,18		
		200	5,00	3,50	6,40	75,00	0,005	0,00	0,00	0,90	38,55	4,50	0,59		
859/2005	Компот из свежих яблок	200	5,60	5,00	9,40	104,00	0,06	0,04	2,00	242,00	182,00	28,00	0,20		
1035/2005	Хлеб Пряник пром. произв.	200	0,20	0,20	22,30	110,00	0,02	0,00	0,02	12,00	2,40	0,00	0,80		
		86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50		
	Яблоко	100	2,20	1,45	38,55	166,50									
	<b>ИТОГО:</b>		<b>58,80</b>	<b>37,33</b>	<b>171,60</b>	<b>1257,36</b>	<b>2,70</b>	<b>2,20</b>	<b>11,00</b>	<b>0,80</b>	<b>0,60</b>	<b>11,00</b>	<b>0,10</b>		

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ  
"Гермахинская СОШ":

Магомедов А.М.  
расшифровка подписи

Меню горячего питания для учащихся 1-4 классов МКОУ "Гермахинская СОШ"

12 ДЕНЬ

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б		Ж			У	В1	А	С	Са	P	Mg	Fe
			Б	Ж	Б	Ж									
45/2010	Салат овощной	60	1,36	6,18	8,44	94,80	0,06	0,00	10,25	23,20	44,97	20,75	0,85		
304/2010	Плов из птицы	100/160	25,38	21,25	44,61	471,25	0,08	60,00	1,26	56,38	249,13	59,38	2,74		
	Печенье	50	3,8	9,8	33	230	0,004	0,00	0,00	1	0,65	3,45	0,05		
1035/2005	Хлеб	86	3,84	0,47	23,65	114,17	0,07	0,00	10,00	12,00	28,00	8,00	0,50		
868/2005	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	0,00	1,08	6,40	3,60	0,00	0,18		
	<b>ИТОГО:</b>		<b>34,42</b>	<b>37,70</b>	<b>134,46</b>	<b>1004,42</b>									