


Утверждаю:  
Директор МКОУ «Тюпкутанская СОШ»  
  
М.С.Алипханова  
«02» декабрь 2024 год



**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ  
С 12 ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ  
для МКОУ «Тюпкутанская СОШ»**

**с.Алимпашаюрт  
Бабаюртовского района.**



## 1 ДЕНЬ

## ЗАВТРАК/КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

№ рецептур ы	Наименование блюда	Масса , г	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>													
116/2022	Каша пшеничная	250	6	8	28	220			11	4	30	10	1
266/2022	Какао	200	4	5	18	123			2	150	124	26	0
3/2011	Бутерброд с маслом и сыром	70	5,06	7	14,62	145	0,03		0,19	126,6			0,47
251/2004	Йогурт	1шт	5	3	4	68			1	122		15	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>20,06</b>	<b>23</b>	<b>64,62</b>	<b>556</b>							
<b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b>													
291/2011	Плов с курицей	250	12,71	7,85	26,8	229	0,1	125	1,9	30,8	154	57,67	2,6
266/2022	Какао	200	4	5	18	123			2	150	124	26	0
01/2011	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72	0,123	0	0,06	37,5	38,7	12,3	1,08
53/2005	Салат овощной	120	2	8	8	86	-	-	22	40	26	14	3
368/2011	Яблоки	100	0,40	0,40	9,8	44			10,00				
	<b>ИТОГО:</b>		<b>21,12</b>	<b>21,46</b>	<b>77,69</b>	<b>554</b>							























