

УТВЕРЖДАЮ 
Директор МБОУ «СОШ № 61»

г.Грозного

Т.Х.-А.Межидова

Приказ № 131/01-11 от 26.08.2026 г.

ОБЕД						
1 неделя						
Ден ь	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы, г	ЭЦ,ккал
Пон ед ельн ик	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,0
	Греча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,0
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	262,0
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,0
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,0
	Итого	700	28,56	26,09	122,79	821,22
Вто рни к	Суп-пюре из картофеля №131	200	4,64	4,76	13,72	116,0
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	200,0
	Сосиски (любимые)	90	8,55	12,15	2,47	153,0
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,0
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,0
	Итого	700	23,18	23,17	100,07	705,88
Сре да	Борщ №81	250	9,1	10,85	8,56	110,0
	Сметана	10	0,25	2	0,34	20,0
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	120	5,46	5,79	30,46	180,0
	Салат из моркови с сухофруктами №24	60	0,72	3,66	9,72	80,0
	Хлеб пшеничный	60	3,94	0,5	24,14	110,0
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,09	8,55	35,0
	Итого	700	19,5	22,89	81,77	631,36
Чет верг	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	97,0
	Картофельное пюре №377	150	4,05	6	8,7	100,0
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,0
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,0
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,0
	Итого	700	24,9	25,76	93,79	706,6
Пят ниц а	Суп картофельный №112	200	2,6	2,7	8,6	80,0
	Плов с курицей №291	150	13,56	8,38	28,58	200,0
	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	240,0
	Салат из свеклы с яблоками №28	70	0,7	4,2	7,7	70,0
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,0
	Итого	700	24,78	16,37	101,72	705

4 неделя

Пон дел ьни к	Борщ со свежей капустой и томатом №83	200	5,01	3,8	12	1
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,46	5,79	30,46	19
	Салат из квашеной капусты с луком №9	100	1,6	6	8,2	10
	Хлеб пшеничный	60	5,53	0,7	33,81	11
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	3
	Масло сливочное (порциями) № 14	20	0,12	12,3	0,19	0
	Итого	710	17,75	28,68	93,21	735
Вто рни к	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,0
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	262
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,0
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,
	Греча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,
	Итого	700	28,56	26,09	122,79	821,22
сред а	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	9
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	28
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	2
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	3
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	18
	Итого	700	24,49	25,13	121,78	812
Чет верг	Суп с фасолью №119	200	5,72	19,4	17,49	28
	Плов с курицей №291	120	13,56	8,38	28,58	28
	Хлеб пшеничный	100	6,32	0,8	38,64	18
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,0
	Итого	620	25,63	28,68	94,21	671,02
Пят ниц а	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	9
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	28
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	2
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	18
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	3
	Итого	700	24,49	25,13	121,78	812

УТВЕРЖДАЮ 
 Директор МБОУ «СОШ № 61»
 г.Грозного
 Т.Х-А.Межидова
 Приказ № 131/01-11 от 26.08.2026 г.

		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	

Среды	Запеканка из творога №22	100	23,83	11,33	22,3	200,33
	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