



Утверждаю:

Директор

МБОУ "СОШ №7 г. Ачхой-Мартан имени С.С. Гайрбекова"

Д.С. Хачукаева

"01" сентября 2025г.

Циклическое меню МБОУ "СОШ №7 г. Ачхой-Мартан имени С.С. Гайрбекова"  
для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2025 - 2026 учебный год

| День        | Наименование                              | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | ЭЦ,ккал |
|-------------|-------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| Понедельник | 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  |
| Вторник     | 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  |
| Среда       | Омлет с сыром №275                        | 80      | 9,3     | 12,4   | 1,5        | 155     |
|             | Чай с лимоном №459                        | 200     | 0,03    | 0,1    | 9,5        | 39,02   |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14            | 10      | 0,08    | 8,2    | 0,13       | 74,64   |
|             | Хлеб пшеничный                            | 60      | 4,73    | 0,6    | 24,14      | 120,88  |
|             | Яблоко №338                               | 80      | 1,2     | 0,4    | 16,8       | 75,6    |
|             | Итого                                     | 430     | 15,34   | 21,7   | 52,07      | 465,14  |
| 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   |
|             | Яблоко №338                               | 80      | 1,2     | 0,4    | 16,8       | 75,6    |
|             | Хлеб пшеничный                            | 70      | 5,52    | 0,7    | 33,8       | 163,58  |
|             | Сосиски "Особые халяль"                   | 50      | 4,75    | 6,75   | 1,37       | 85,23   |
|             | Итого                                     | 500     | 15,42   | 12,07  | 92,32      | 539,59  |
| Пятница     | Рыба припущенная №296                     | 75      | 13      | 0,5    | 0,8        | 59,7    |
|             | Хлеб пшеничный                            | 50      | 3,94    | 0,5    | 24,14      | 116,82  |
|             | 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   |
|             | Картофельное пюре №377                    | 150     | 4,04    | 6      | 8,7        | 104,96  |
|             | Итого                                     | 485     | 22,58   | 16,55  | 49,67      | 437,95  |
| Понедельник | Суп молочный с макаронными изделиями №120 | 200     | 15,8    | 5,3    | 17,9       | 182,5   |
|             | 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  |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14            | 10      | 0,08    | 8,2    | 0,13       | 74,64   |
|             | Яблоко №338                               | 80      | 1,2     | 0,4    | 16,8       | 75,6    |
|             | Булочка домашняя                          | 60      | 4,2     | 6,7    | 27,8       | 188,3   |
|             | Итого                                     | 600     | 26,74   | 22,45  | 102,67     | 719,69  |
| Вторник     | Сырники из творога запеченные №286        | 100     | 15,8    | 5,3    | 17,9       | 182,5   |
|             | 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  |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14            | 10      | 0,08    | 8,2    | 0,13       | 74,64   |
|             | Булочка домашняя                          | 60      | 4,2     | 6,7    | 27,8       | 188,3   |
|             | Итого                                     | 420     | 25,54   | 22,05  | 85,87      | 644,09  |
| среда       | Запеканка из творога №279                 | 150     | 23,85   | 11,55  | 22,5       | 289,35  |
|             | Хлеб пшеничный                            | 60      | 4,73    | 0,6    | 24,14      | 120,88  |
|             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14            | 10      | 0,08    | 8,2    | 0,13       | 74,64   |
|             | 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     | 29,89   | 20,85  | 73,07      | 599,49  |
| четверг     | Греча отварная №4,3                       | 100     | 5,73    | 4,06   | 25,76      | 162,5   |
|             | Хлеб пшеничный                            | 50      | 3,94    | 0,5    | 24,14      | 116,82  |
|             | Котлета куриная                           | 70      | 6,65    | 12,6   | 19,6       | 218,4   |
|             | 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     | 17,55   | 17,66  | 95,8       | 612,34  |
|             | Рис отварной №304                         | 100     | 2,43    | 3,58   | 24,46      | 70      |



|         |                                |     |       |       |       |        |
|---------|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| ПЯТНИЦА | Хлеб пшеничный                 | 50  | 3,94  | 0,5   | 24,14 | 120,88 |
|         | Чай с лимоном №459             | 180 | 0,02  | 0,09  | 8,55  | 35,09  |
|         | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 | 10  | 0,08  | 8,2   | 0,13  | 74,64  |
|         | Конлета куриная                | 70  | 6,65  | 12,6  | 19,6  | 218,4  |
|         | Яблоко №338                    | 80  | 1,2   | 0,4   | 16,8  | 75,6   |
|         | Итого                          | 490 | 14,32 | 25,37 | 93,68 | 594,61 |