



Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ №2 им.Х.М.Шогенова г.Чегем
 И.А. Шогенова
 (Кабжихов А.Л.)
 январь 2024 г.

Обучающиеся, получающие льготное питание (5-11кл), дети с ОВЗ и инвалидностью

день: 1 понедельник

неделя: 1

возрастная категория:

сезон: осенне-зимний

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	11,48
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,2	226,3	45,75
54-4г-2020	салат из моркови и яблок	80	0,7	8,1	5,8	99	5,65
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	10,55
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,31
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	0,70
	Итого:	551	29,65	31,36	86,76	749,10	75,44
	2-й завтрак						
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70	12,74
Пром.	печенье	32	1,50	2,00	14,90	83,20	4,96
	Итого:	232	6,10	6,30	27,30	189,90	17,70
	ВСЕГО	783	35,75	37,66	114,06	939	93,14



Директор МКОУ СОШ №2 им.Х.М.Шогенова г.Чегем

/(Кабжихов А.Л.)

января 2024 г

Обучающиеся, получающие льготное питание (5-11кл), дети с ОВЗ и инвалидностью

день: 2 вторник

возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-9р-2020	рыба запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,10	20,10	4,30	258,30	66,49
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	13,46
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	1,30
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,31
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	0,70
	Итого	476	21,65	25,76	52,26	528,60	83,26
Завтрак -2							
54-20к-2020	каша жидкая молочная гречневая	200	7,10	5,80	26,60	187,30	14,70
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	1,30
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	0,70
	Итого	416	8,08	5,96	40,27	247,70	16,70
	Всего	892	29,73	31,72	92,53	776,3	99,96



Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ №2 им.Х.М.Шогенова г.Чебоксары
 Кабжихов А.Л.)
 1 января 2024 г

Обучающиеся, получающие льготное питание (5-11кл), дети с ОВЗ и инвалидностью

день:

3 среда

возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-21м-2020	курица отварная	60	19,3	1,4	0,7	92,5	38,34
54-12г-2020	каша пшенная рассычатая	150	6,3	7,1	35,5	213,5	9,57
24-4соус 2020	соус сметанный натуральный	100	2,9	16,9	6,5	189,9	20,23
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	1,30
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,31
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	33,6	1,09
	Итого	565	32,77	26	72,09	626,8	71,84
Завтрак-2							
54-6к-2020	каша вязкая молочная пшенная	200	8,3	11,6	37,5	288	19,12
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	1,30
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,87
	Итого	425	10,2	11,9	52,4	357,5	21,29
	Всего	990	42,97	37,9	124,49	984,3	93,13



Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ №2 им.Х.М.Шогенова г.Чегем
 (Кабжихов А.Л.)
 января 2024 г

Обучающиеся, получающие льготное питание (5-11кл), дети с ОВЗ и инвалидностью

день: 4 четверг
 возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	стоим.
Завтрак							
54-16м -2020	тефтели из говядины с рисом	60	8,7	8,8	4,9	133,6	29,10
54-1соус-2020	Соус сметанный	100	2,9	16,9	6,5	141,7	20,23
54-1г-2020	макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	8,14
54-7гн-2020	какао с млдлком	200	4,6	4,3	12,4	106,7	12,80
Пром.	фрукт (банан)	150	2,3	0,3	14,49	70,5	26,70
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,31
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	33,6	1,09
	Итого	715	27,97	35,8	93,98	753,4	99,37
Завтрак -2							
Пром.	Кефир	200	5,8	5	8	100,2	17,00
Пром.	печенье	32	1,50	2,00	14,90	83,20	4,96
	Итого	232	7,3	7	22,9	183,4	21,96
	Всего	947	35,27	42,8	116,88	936,8	121,33



Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ №2 им.Х.М.Шогенова г.Черем
 /И. Кабжихов А.Л./
 14.01.2024
 января 2024 г

Обучающиеся, получающие льготное питание (5-11кл), дети с ОВЗ и инвалидностью
 день: 5 пятница
 возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	стоим.
Завтрак							
54-12м-2020	плов с курицей	200	27,3	8,1	33,20	314,6	47,95
54-8з-2020	салат из белокачанной капусты с морковью	80	1,30	8,10	7,80	108,70	9,40
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,30
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,31
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	33,6	1,09
	Итого	535	32,87	16,8	70,39	554,2	61,05
Завтрак -2							
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	4,9	6,9	24,6	179,9	14,10
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,31
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,30
	Итого:	430	7,47	7,20	45,59	277,20	16,71
	Всего	965,00	40,34	24,00	115,98	831,40	77,76



Утверждаю
Директор МКОУ СОШ №2 им.Х.М.Шогенова г.Чегем
(Кабжихов А.Л.)
января 2024 г

день: 6 понедельник
неделя: 2
возрастная категория: 7-11 лет
сезон: осенне-зимний

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,10	19,30	17,10	323,00	71,41
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	1,30
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,31
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	0,70
Пром.	фрукт (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	8,50
	Итого:	546	23,85	20,16	55,06	500,90	83,22
Завтрак -2							
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70	12,74
Пром.	печенье	32	1,50	2,00	14,90	83,20	4,96
	Итого:	232	6,10	6,30	27,30	189,90	17,70
	Всего	778,00	29,95	26,46	82,36	690,80	100,92



"Утверждаю"
Директор МКОУ СОШ №2 им.Х.М.Шогенова г.Чегем
/(Кабжихов А.Л.)
января 2024 г

день: 7 вторник
возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-3г-2020	макароны отварные с сыром	150/15	7,9	7,2	28,6	210,6	15,07
54-60-2020	яйцо отварное	40	4,8	4	0,3	56,6	8,5
54-13з-2020	салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6	6,1	60,8	3,77
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,40	12,50	107,20	12,80
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,31
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	0,70
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,55	3,39	20,91	124,35	8,55
	Итого:	396	24,10	23,05	90,07	663,65	50,70
Завтрак -2							
Пром.	Кефир	200	5,8	5	8	100,2	17,00
Пром.	печенье	32	1,50	2,00	14,90	83,20	4,96
	Итого	232	7,3	7	22,9	183,4	21,96
	Всего	628	31,4	30,05	112,97	847,05	72,66



«Утверждаю»
Директор МКОУ СОШ №2 им.Х.М.Шогенова г.Чегем
(Кабжихов А.Л.)
"____" января 2024 г

день: 8 среда
возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность,	СТОИМ.
						ккал	
Завтрак							
54-23м-2020	биточек из курицы	75	14,4	3,3	10,1	127,1	26,66
54-1соус-2020	Соус сметанный	100	1,5	8,4	3,4	95,2	20,23
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	15,01
54-16з-2020	винегрет с ростит.маслом	80	1	7,1	5,4	89,5	8,3
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	1,30
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,31
Пром.	Хлеб ржаной	16	1,70	0,30	8,40	33,60	0,7
	Итого:	651	24,37	24,6	68,09	582,1	73,51
Завтрак -2							
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	4,9	6,9	24,6	179,9	14,10
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,31
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,30
	Итого:	430	7,47	7,20	45,59	277,20	16,71
	Всего	1081,00	31,84	31,80	113,68	859,30	90,22



"Утверждаю"

Директор МКОУ СОШ №2 им.Х.М.Шогенова г.Чегем

(Кабжихов А.Л.)

января 2024 г

день: 9 четверг
возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	стоим.
Завтрак							
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,50	13,50	3,10	188,90	49,49
54-12г-2020	Каша пшенная рассыпчатая	150	6,30	7,10	35,50	231,60	9,57
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,30
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,31
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	0,70
	Итого:	485	24,07	21,20	67,99	560,50	62,37
Завтрак -2							
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70	12,74
Пром.	печенье	32	1,50	2,00	14,90	83,20	4,96
	Итого:	232	6,10	6,30	27,30	189,90	17,70
	Всего	717,00	30,17	27,50	95,29	750,40	80,07



Утверждаю
Директор МКОУ СОШ №2 им.Х.М.Шогенова г.Чегем
(Кабжихов А.Л.)
января 2024 г

день: 10 пятница
возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
Пром.	фрукт (банан)	150	2,3	0	33,6	143,4	26,70
54-20м-2020	рагу из курицы	200	20,9	7,00	17,6	217,4	37,59
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,5	11,2	91,2	10,55
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,31
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	0,70
	Итого:	605	31,07	11,10	85,29	565,20	76,85
Завтрак -2							
54-6к-2020	каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288	19,12
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	1,30
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,87
	Итого	425	10,2	11,9	52,4	357,5	21,29
	Всего	1030	41,27	23	137,69	922,7	98,14