

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Ораз-Аульская ООШ»
ИМ. И.А. Дамухамбетова»
З.И. Суендукова



20 25

МЕНЮ

Горячего питания

Для обучающихся 1-4 классов 2026 г 06 мая

Комиссия в составе: Ответственный- А.-М. М. Манкаев, Калькулятор- С.Д. Узбекова, Повар- А.Ю. Джумалиева

№ п/п	Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
1	Омлет с сыром	150	23,85	11,55	22,5	289,35
2	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
3	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
4	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
5	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого:	500	29,89	20,85	73,07	599,49
	Обед					
1	Суп рисовый с мясом	250	10,1	6,7	18,88	176,22
2	Картофель и овощи тушеные в соусе №142	150	3,26	12,59	22,66	216,99
3	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29,98	144,28
4	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком №42	60	1,05	3,71	5,55	59,79
5	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого:	700	19,18	23,69	85,62	632,41

Ответственный
Калькулятор
Повар

А.-М. М. Манкаев
С.Д. Узбекова
А.Ю. Джумалиева