Утверждаю МБОУ «Чернокозовская СОШ им. В.М. Шамсудинова» на 2025-2026 учебный год

Котлета куриная 70 6,65 12,6 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Картофельное пюре №377 100 2,7 4 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 Яблоко №338 80 1,2 0,4	глеводы,г	ЭЦ,ккал
Xлеб пшеничный 50 3,94 0,5 100 3,74 4	19,6	218,4
4 V	24,14	116,82
Е Картофельное пюре №377 100 2,7 4	5,8	70
Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1	9,5	39,02
В Яблоко №338 80 1,2 0,4	16,8	75,6
11010 300 14,32 17,0	75,84	519,84
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 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Яблоко №338 80 1,2 0,4	15,9	81,83
Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5	24,14	116,82
	16,8	75,6
Итого 500 11,59 11,06 Омлет с сыром №275 150 16,87 23,25	95,69 2,81	528,66 287,97
Омлет с сыром №275 130 10,87 23,23 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1	9,5	39,02
Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6	24,14	120,88
Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2	0,13	74,64
Яблоко №338 80 1,2 0,4	16,8	75,6
	53,38	598,11
Рис припущенный №305 100 2.43 2.87	24,45	133,35
W. Y. 200 1.50 1.55	15,9	81,83
Хлеб пшеничный 70 5,52 0,7	33,8	163,58
Сосиски "Особые халяль" 50 4,75 6,75	1,37	85,23
Яблоко №338 80 1,2 0,4	16,8	75,6
	92,32	539,59
Рыба припущенная 90 15,6 0,6	0,96	71,64
Картофельное пюре №377 150 4,04 6	8,7	104,96
Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5	24,14	116,82
	0,13	74,64
Масло сливочное (порциями) №14 10 0,08 8,2	15.0	
Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35	15,9	81,83
Най с молоком или сливками 352/8 200 1,32 1,33 Итого 500 25,18 16,65	49,83	449,89
Итого 500 25,18 16,65 Рыба припущенная 75 13 0,5	49,83	449,89 59,7
Итого 500 25,18 16,65 Рыба припущенная 75 13 0,5	49,83 0,8 24,46	449,89 59,7 139,78
Итого 500 25,18 16,65 Рыба припущенная 75 13 0,5	49,83	449,89 59,7
Итого 500 25,18 16,65 Рыба припущенная 75 13 0,5	49,83 0,8 24,46 24,14	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02
Най с молоком или сливками мер/в 200 1,32 1,53 Итого 500 25,18 16,65 Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5	449,89 59,7 139,78 116,82
Най с молоком или сливками мер/в 200 1,32 1,53 В рыба припущенная 500 25,18 16,65 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94
Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырники из творога запеченые 100 15,8 5,3	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5
Рай с молоком или сливками мез/8 200 1,32 1,53 Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырники из творога запеченые 100 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83
Рай с молоком или сливками мез/8 200 1,32 1,53 Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырники из творога запеченые 100 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82
Рай с молоком или сливками мез/8 200 1,32 1,53 Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырники из творога запеченые 100 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64
У Най с молоком или сливками мер / в 200 1,32 1,35 У Най с молоком или сливками мер / в 100 25,18 16,65 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырники из творога запеченые 100 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 Яблоко №338 80 1,2 0,4	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6
Учинения Итого 500 25,18 16,65 Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырники из творога запеченые 100 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 Булочка домашняя 60 4,2 6,7	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3
Рай с молоком или сливками мер / в 200 1,32 1,53 Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырники из творога запеченые 100 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 Улочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 26,74 22,45 1	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69
ван с молоком или сливками жез/в 200 1,32 1,33 Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 26,74 22,45 1 Запеканка из творога 150 23,85 11,55 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35
Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырники из творога запеченые 100 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 26,74 22,45 Запеканка из творога 150 23,85 11,55 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02
Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырники из творога запеченые 100 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 26,74 22,45 Запеканка из творога 150 23,85 11,55 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88
Рай с молоком или сливками № 378 200 1,22 1,33 В рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырники из творога запеченые 100 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Масло Сливочное (Порциями) №14 10 0,08 8,2 Вулочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 26,74 22,45 1 Запеканка из творога 150 23,85 11,55 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 Хлеб пшеничный 60 4,73 <t< th=""><td>49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14</td><td>449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02</td></t<>	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02
Учительный протовый и тельнай протовый пр	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49
Новора	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 73,07	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5
вай с молоком или сливками лез/я 200 1,22 1,33 вай припущенная 75 13 0,5 Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Тай с молоком или сливками №378 200 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 26,74 22,45 Запеканка из творога 150 23,85 11,55 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 73,07 25,76 24,14	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5 116,82
вай с молоком или сливками лез/я 200 1,22 1,33 вай припущенная 75 13 0,5 Рыба припущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Тай с молоком или сливками №378 200 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 26,74 22,45 Запеканка из творога 150 23,85 11,55 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 73,07 25,76 24,14 19,6	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5 116,82 218,4
Натого 1,32	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 102,67 22,5 24,14 16,8 102,67 22,5 24,14 11,10 11,1	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5 116,82 218,4 39,02
Натого 500 25,18 16,65 Рыба пригущенная 75 13 0,5 Рис отварной №304 100 2,43 3,58 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 15 0,12 12,3 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 23,72 23,68 Сырник из творога запеченые 100 15,8 5,3 Чай с молоком или сливками №378 200 1,52 1,35 Хлеб пшеничный 50 3,94 0,5 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14 10 0,08 8,2 Яблоко №338 80 1,2 0,4 Булочка домашняя 60 4,2 6,7 Итого 500 26,74 22,45 1 Чай с лимоном №459 200 0,03 0,1 Хлеб пшеничный 60 4,73 0,6	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 73,07 25,76 24,14 19,6 9,5 16,8	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5 116,82 218,4 39,02 75,6
Натого 10 10 10 10 10 10 10 1	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 73,07 25,76 24,14 19,6 9,5 16,8	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5 116,82 218,4 39,02 75,6 612,34
Наи с молоком или сливками №378 2000 15,32 15,35 16,65 13 16,65 13 16,65 13 16,65 13 16,65 13 16,65 13 16,65 13 16,65 14 100 15,43 15,55 13 16,65 14 100 15,45 15,55 15,25 15,	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 73,07 25,76 24,14 19,6 9,5 16,8 95,8	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5 116,82 218,4 39,02 75,6 612,34
Натого 1,32 1,35	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 73,07 25,76 24,14 19,6 9,5 16,8 95,8 24,46 24,14	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5 116,82 218,4 39,02 75,6 612,34 70 120,88
Натого 1,32 1,35	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 73,07 25,76 24,14 19,6 9,5 16,8 95,8 24,46 24,14 8,55	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5 116,82 218,4 39,02 75,6 612,34 70 120,88 35,09
Натого 1,32 1,35	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 73,07 25,76 24,14 19,6 9,5 16,8 95,8 24,46 24,14 8,55 0,26	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5 116,82 218,4 39,02 75,6 612,34 70 120,88 35,09 74,64
Page Page	49,83 0,8 24,46 24,14 9,5 0,19 27,8 86,89 17,9 15,9 24,14 0,13 16,8 27,8 102,67 22,5 9,5 24,14 0,13 16,8 73,07 25,76 24,14 19,6 9,5 16,8 95,8 24,46 24,14 8,55	449,89 59,7 139,78 116,82 39,02 111,94 188,3 655,56 182,5 81,83 116,82 74,64 75,6 188,3 719,69 289,35 39,02 120,88 74,64 75,6 599,49 162,5 116,82 218,4 39,02 75,6 612,34 70 120,88 35,09