



Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
19 февраля 2024 г								
Завтрак 2	Фрукты	б/н	фрукты свежие (бананы)	200	9,8	5,75	4,06	25,76
Обед	блюдо из овоц.	53	Икра кабачковая	100	24	1,2	3,8	24
	1 блюдо	344	Рассольник со сметаной	250/10	145	5,3	4,7	20,6
	2 блюдо	232	Котлеты куриные с соусом	100/50	228	19,6	13,8	10,8
	гарнир	128	Картофельное пюре	150	9,8	5,75	4,06	25,76
	гор. напиток	128	Кофейный напиток	200	73,6	0,02	0,01	18,4
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	96,06	9,86	0,29	58,99
Полдник	блюдо из творога	223	Запеканка из тв. со стущен. молоком	150/30	310,66	30,93	22,89	360
	фрукты	б/н	Фрукты свежие (апельсины)	200	106	5,8	5	8
Ужин 1	2 блюдо	265	Шницель из говядины	150/50	251	24,4	14,8	6,2
	салаты	45	Салат из белокочанной капусты	100	250	4,4	6,5	34,1
	гор. напиток	440	Чай с сахаром	200	15	0,2	0,2	0,1
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Ужин 2	муч. изделие	45	Булочки с изюмом	100	1,2	4	12	12,63
	молоч. продукт	б/н	Молоко 2,5 %	200	1,8	0,4	16,2	15,81

Зав. производством

Э.Х. Батуева



Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Линей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
20 февраля 2024 г								
Завтрак 1	гор.блюдо	174	Каша манная молочная с маслом	200	61	0,1	0	15
	гастрономия	14	Сыр порционно	20	66	6,2	161,72	0,1
	гастрономия	14	Масло сливочное	20	225	9,48	7,3	33,5
	гор.напиток	379	Чай с сахаром	200	90,06	1,8	0,24	57,96
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	86	1,2	0,4	16,2
	блюдо из творога	223	Запеканка из творога со сметаной	150\30	310,66	30,93	22,89	360
Завтрак 2	Фрукты (свежие)	б/н	фрукты свежие (апельсины)	200	3,98	35,6	29,11	61
Обед	блюдо овощ.	73	Салат из белокачанной капусты	100	250	11	6,5	34,1
	1 блюдо	82	Борщ со сметаной	250\10	21,9	1,8	27,5	7,47
	2 блюдо	286	Биточки из говядины с соусом	100\50	86	0,4	0,4	16,2
	гарнир		Макаронны отварные	150	63,80	3,6	0,15	19,4
	хлеб пшеничный	410	Хлеб пшеничный	120	135	5,8	3,5	22,4
	напиток	360	Кисель	200	63,8	3,6	0,15	19,4
					95	1,2	4	12
	муч.изделие	421	Булочки сизюмом	100	95	1,2	4	12
Полдник	кисломол. продукт	386	Кефир 2,5%	200	42	25,1	0,8	4,6
Ужин 1	салаты	302	Винегрет овощной	100	250	9,48	6,5	34,1
	2 блюдо	б/н	Рыба запеченная	90	90,06	3,98	0,24	57,96
	гарнир	209	Картофельное пюре	150	52,88	0,1	1,45	29,11
	хлеб пшеничный	376	Хлеб пшеничный	100	0,2	1,8	15	29,11
	гор.напиток	440	Кофейный напиток	200	86	1,6	0,4	16,2
Ужин 2	муч.изделие	282	Сочиники	100	93	1,5	0,9	17,8
	фрукты	б/н	Фрукты свежие (яблоки)	200	10,6	106	5,8	5

Зав. производством

Алиева
Э.Х. Батуева



Верюлато
 Руководитель лицей
 ГБОУ «ЦЕН «Солнечный город»
 Министерства просвещения КБР
 В.В. Джаниуева

Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ респ.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
21 февраля 2024 г								
Завтрак 1	гор.блюдо	175	Каши пшеница молоч. с маслом	200	310,66	30,93	22,89	360
	блюдо из яиц	209	Яйцо варенное	1/40	79	6,4	5,8	0,4
	гастроном.	14	Масло сливочное	20	66	0	16,2	0
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200	61	0,2	0,1	15
	хлеб пшенич.	б/н	Хлеб пшеничный	100	4	1	29	61
Завтрак 2	молоч. продукт	б/н	Кефир 2,5%	200	86	1,8	0,4	16,2
	конд. изделие	б/н	Конд. изделия (пряники)	45	4,6	84	1,6	3
Обед	овощи	45	Салат свекольный с зел.гор.	100	42	1,2	0,8	4,6
	1 блюдо	104	Суп с фрикадельками со смет.	250/10	107	4,9	3,8	11,3
	2 блюдо	232	Рыба запеченная	90	222	25,1	11,8	12,2
	гарнир	378	каша рассыпчатая(рис)	150	221	6,6	5,3	34
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	3,98	1,45	29,11	61
	Напиток	б/н	Компот из свежих яблок	200	4,86	4,05	13,18	37
Полдник	блюдо из твор.	223	Пирожки с капустой	100	148	3,9	2,4	22,7
	молочный прод.	б/н	Молоко 2,5%	200	10,6	106	5,8	5
Ужин 1	салаты	45	Салат из белокоч. капусты	100	18,17	42	1,2	0,8
	2 блюдо	268	Выточки из говядины	100	232	11	24	0,4
	гарнир	209	Картошка деревенски	150	21,9	11	27,5	7,47
	гор.напиток	378	Чай с сахаром	200	90,06	12,00	0,24	57,96
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	61	0,2	0,1	15
Ужин 2	муч.изделие	406	Ватрушки с творогом	100	6,22	135	3,6	3,5
	молоч.продукт	б/н	Молоко 2,5 %	200	86	1,8	0,4	16,2

Зав. производством  Э.Х. Батуева

Утвержаю
 Руководитель лицея
 ГБОУ «ЦАТ «Солнечный город»
 Минпросвещения КБР
 А.С. Джамбуева



Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
22 февраля 2024 г								
	гастрономия	14	Масло сливочное	20	222,38	6,98	10,42	25
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	15	0,2	0,2	0,1
	гор.блюдо	173	Каша пшеничная молочная с маслом	200	61	0,2	0,1	15
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
	блюдо из творога	223	пудинг из творога	150/30	310,66	30,93	22,89	360
завтрак 2	конд. изделие	б/н	Кондитерские изделия (алёпушка)	45	84	1,6	3	12,6
	кисломол. продукт	б/н	кисломол. продукт кефир 2,5%	200	1,2	29,11	61	34,7
Обед	салаты	48	Салат витаминный	100	88	1,6	5,1	8,2
	1 блюдо	103	Суп лапша на курином бульоне	250/10	145	5,3	4,7	20,6
	2 блюдо	289	гуляш из говядины	50/50	196	15,05	8,5	13,4
	напиток	360	Кофейный напиток	200	72,8	0,4	0,27	17,2
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	96,06	9,86	0,29	58,99
	гарнир	171	каша рассыпчатая(гречка)	150	75,05	6,14	2,14	41,86

Зав. производством

А.С. Джамбуева

Э.Х. Батуева



Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
26 февраля 2024 г								
Завтрак 2	молоч.продукт	б/н	Молоко 2.5 %	200	86	1.8	0.4	16.2
	конд.изделие	б/н	Вафли	50	4,6	84	1.6	3
Обед	салаты	53	Салат морковный с йогуртом	100	10,18	33	0.1	30.2
	1 блюдо	102	Суп карт.с фасолью со сметаной	250/10	128	5.1	5.1	12.5
	2 блюдо	259	Рагу из курицы	250	144	15.3	8.1	2.4
	напиток	440	Какао с молоком	200	79	6.4	5.8	0.4
	Хлеб пшенич	б/н	Хлеб пшеничный	120	3,98	1,45	29.11	61
Полдник	муч. изделие	406	Рогалики со сгущенкой	100	6,22	135	3.6	3.5
	Фрукты (свежие)	б/н	Фрукты свежие (яблоки)	200	7,27	88	1.6	5,1
Ужин 1	блюдо овоц.	73	Икра кабачковая	100	16,5	24	1.2	3,8
	2 блюдо	294	Макароник с мясом	140	228	19,6	13,8	10,8
	гор.напиток	378	Чай с молоком	200	61	0,2	0,1	15
	хлеб пшенич	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Ужин 2	муч.изделие	776	Сдоба обыкновенная	100	112,3	8,34	3,51	48,81
	напиток	360	Кисель	200	63,8	3,6	0,15	19,4

Зав. производством

Э.Х. Багуева



Утверждаю
 Руководитель лицея
 ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
 Министерства просвещения КБР
 Министр Решения КБР
 А.М. Джаппуева

Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственной бюджетной образовательной организации Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения Республики Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
27 февраля 2024 г								
Завтрак 1	гор.блюдо	174	Капа гречневая молочная с маслом	200	61	0,2	0,1	15
	гастрономия	14	Масло сливочное	20	66	0,1	7,3	0,1
	гастрономия	15	Сыр порционнo	30	225	6,2	7,3	33,5
	гор.напиток	128	Кофейный напиток	200	79	6,4	5,8	0,4
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Завтрак 2	фрукты свежие.	б/н	фрукты свежие (апельсины)	200	88	1,6	5,1	8,2
Обед	салаты	47	Салат из квашеной капусты	100	93,9	1,43	6,09	8,36
	1 блюдо	104	Расольник со сметаной	250/10	107	4,9	3,8	11,3
	2 блюдо	268	тефтели из говядины	100	232	11	24	0,4
	гарнир	302	картофельное пюре	150	161	3,8	5,8	14,16
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	52,88	3,98	1,45	29,11
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	96,06	9,86	0,29	58,99
Полдник	кисломол. про	б/н	Кефир 2,5%	200	61	0,2	0,1	15
	блюда из творога	310	Пудинг из творога со сгущ.молоком	150/50	89	0,12	0,6	17
Ужин 1	2 блюдо	232	Рыба запеченная	90	222	25,1	11,8	12,2
	гарнир	302	Картофельное пюре	150	250	4,4	6,5	34,1
	напиток	352	Кисель	200	73,6	0,02	0,01	18,4
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
	салаты	46	Салаты (винегрет)	100	88	1,6	5,1	8,2
Ужин 2	муч.изделие	45	Булочки с изюмом	100	1,2	4	12	12,63
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	52,88	3,98	1,45	29,11

Зав. производством

Э.Х. Батуева



Утверждаю
 Руководитель лицея
 ГБОУ ДАГ «Солнечный город»
 Министерства просвещения КБР
 Джашпуева

Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
28 февраля 2024 г								
Завтрак 1	гор.блюдо	175	Каша "Дружба" молочная с маслом	200	61	0,2	0,1	15
	гастрономия	14	Масло сливочное	20	66	0,1	7,3	0,1
	гастрономия	15	Сыр порционнo	30	79	6,4	5,8	0,4
	гор.напиток	289	Какао с молоком	200	75,05	6,14	2,14	41,86
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Завтрак 2	конд.изделие	б/н	Кондитерские изделие (тортинка)	45	225	6,2	7,3	33,5
	молоч. продукт	б/н	молоч продукт молоко 2,5%	200	1,2	29,11	61	34,7
Обед	салаты	53	Салат (пестрый)	100	93,9	1,43	6,09	8,36
	1 блюдо	102	Суп гороховый со сметаной	250/10	107	4,9	3,8	11,3
	2 блюдо	290	Плов из курицы	250	250	4,4	6,5	34,1
	напиток	376	Кисель	200	72,8	0,4	0,27	17,2
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	96,06	9,86	0,29	58,99
Полдник	муч. изделие	406	Ватрушки с повидлом	100	135	3,6	3,5	22,4
	фрукты свеж.	б/н	Фрукты свежие (яблоки)	200	106	5,8	5	8
Ужин 1	салаты	45	Салат витаминный	100	42	1,2	0,8	12,2
	2 блюдо	268	Биточки из говядины	100	11	24	0,4	34,1
	гарнир	128	Каша рассыпчатая(рис)	150	11	27,5	7,47	18,4
	гор.напиток	378	Чай с сахаром	200	12,00	0,24	57,96	57,96
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	0,2	0,1	15	8,2
Ужин 2	муч.изделие	406	Ватрушки с творогом	100	135	3,6	3,5	16,1
	кисломоа. продукт	386	Кефир 2,5%	200	25,1	0,8	4,6	12,3

Зав. производством

Э.Х. Батыева



г. Нальчик, 29.02.2024 г.
 Руководитель лицея
 в БСОУ «ГЦТ «Солнечный город»
 Министерства просвещения КБР
 Р.Б. Джапуева

Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
29 февраля 2024 г.								
Завтрак 1	гастроном.	14	Масло сливочное	20	0,1	0,1	0,1	7,3
	блюдо из яиц	210	Омлет натуральный	52	301	15,1	25,4	2,9
	гор.напиток	376	Чай с молоком	200	15	0,2	0,2	0,1
	гор.блюдо	173	Каша рисовая молочная с маслом	200	25	6,6	6,98	10,42
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Завтрак 2	фрукты свежие	б/н	фрукты свежие (бананы)	200	9,8	5,75	4,06	25,76
Обед	блюдо из овощ	53	Икра кабачковая	100	24	1,2	3,8	24
	1 блюдо	344	Суп с фрикадельками со сметаной	250/10	145	5,3	4,7	20,6
	2 блюдо	232	Котлеты из говядины с соусом	100/50	228	19,6	13,8	10,8
	гарнир	128	каша рассыпчатая(перловка)	150	9,8	5,75	4,06	25,76
	напитки	128	Компот из свежих яблок	200	73,6	0,02	0,01	18,4
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	96,06	9,86	0,29	58,99
Полдник	муч.изделие	223	Пирожки с картошкой.	100	310,66	30,93	22,89	360
	фрукты	б/н	Фрукты свежие (яблоки)	200	106	5,8	5	8
Ужин 1	2 блюдо	265	Макароник	145	251	24,4	14,8	6,2
	салаты	45	Салат из квашеной капусты	100	250	4,4	6,5	34,1
	гор.напиток	440	Какао с молоком	200	15	0,2	0,2	0,1
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Ужин 2	муч.изделие	282	Сочиники	100	1,5	0,9	17,8	16,1
	гор.напиток	376	Чай с молоком	200	15	0,2	0,2	0,1

Зав. производством

Э.Х. Багуева