Утверждаю
Директор ЧОУ СОШ «Интеллект»
_____ Р. М. Исраилова
12.10.2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для детей в возрасте 6,5 - 16 лет ЧОУ СОШ «ИНТЕЛЛЕКТ»
на 12.10.26г.

	12.10.26г.	Белки	Жиры,г	Углеводы г.	Выход блюд, г.	Колор-ть, Ккал
Завтрак	Хлеб с маслом	3,9	9,75	24,98	60	205,8
	Чай	0	0	14,97	200	56,85
Обед	Борщ	2,06	4,24	14,41	200	103,93
	Хлеб пшеничный	2,31	0,9	14,94	40	78,6
	Салат свек.	0,48	1,88	7,48	50	50,16
	Кисель фруктовый	0,88	0,23	23,52	200	95,63
Полдник	Каша рисовая	5,98	8,13	29,93	200	216,85
	Чай	0	0	14,97	200	56,85
	Печенье	1,04	0,52	7,68	10	45,8
	Хлеб пшеничный	2,31	0,9	14,94	40	78,6

Утверждаю
Директор ЧОУ СОШ «Интеллект»
_____ Р. М. Исраилова
12.10.2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для детей в возрасте 6,5 - 16 лет ЧОУ СОШ «ИНТЕЛЛЕКТ»
на 13.10.26г.

	13.10.26г.	Белки	Жиры,г.	Углеводы,г.	Выход блюд,г.	Колор-ть,Ккал.
Завтрак	Манная каша	6,03	3,47	42,23	200	224,27
	Кисель	2	4,06	7,34	200	70,9
Обед	Суп фасолевый	5,69	4,51	19,55	200	137,85
	Хлеб пшеничный	2,31	0,9	14,94	40	78,6
	Салат из кап. и морк	0,77	3,04	4,76	50	48,29
	Чай	0	0	14,97	200	56,85
Полдник	Плов по-узбекски	15,28	13, 78	42,56	100	258
	Чай	0	0	14,97	200	56,85
	Хлеб	2,31	0,9	14,94	40	78,6

Утверждаю
Директор ЧОУ СОШ «Интеллект»
_____ Р. М. Исраилова
13.10.2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для детей в возрасте 6,5 - 16 лет ЧОУ СОШ «ИНТЕЛЛЕКТ»
на 14.10.26г.

	14.10.26г.	Белки	Жиры,г.	Углеводы,г.	Выход блюд,г.	Колор-ть,Ккал.
Завтрак	Суп молочный	4,38	3,8	14,36	200	109,16
	Чай	0	0	14,97	200	56,85
Обед	Вермишелевый суп	2,31	0,9	14,94	200	78,6
	Чай	0	0	27,8	200	170,2
	Хлеб пшеничный	4	4	14,97	40	56,85
Полдник	Каша гречневая	8,01	8,87	28,71	200	227,77
	Хлеб с маслом	3,9	9,75	24,98	60	205,8
	Чай	0	0	14,97	200	56,85

Утверждаю
Директор ЧОУ СОШ «Интеллект»
_____ Р. М. Исраилова
14.10.2026г.

ЧОУ СОШ «ИНТЕЛЛЕКТ»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для детей в возрасте 6,5 - 16 лет ЧОУ СОШ «ИНТЕЛЛЕКТ»
на 15.10.26г.

	15.10.26г.	Белки	Жиры,г.	Углеводы, г.	Выход блюд, г.	Колор-ть, Ккал.
Завтрак	Овсяная каша	2,5	1,5	10,3	200	71
	Чай	0	0	14,97	200	56,85
Обед	Суп гороховый	5,69	4,51	19,55	200	137,85
	Хлеб пшеничный	2,31	0,9	14,94	40	78,6
	Чай	0	0	14,97	200	56,85
Полдник	Макароны с творогом	3,08	5,24	23,41	100	136, 06
	Чай	0	0	14,97	200	56,85
	Хлеб	2,31	0,9	14,94	40	78,6

Утверждаю
Директор ЧОУ СОШ «Интеллект»
_____ Р. М. Исраилова
15.10.2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для детей в возрасте 6,5 - 16 лет ЧОУ СОШ «ИНТЕЛЛЕКТ»
на 16.10.26г.

	16.10.26г.	Белки	Жиры,г.	Углеводы,г.	Выход блюд,г.	Колор-ть,Ккал.
Завтрак	Хлеб с сыром	9,2	6,8	48,1	160	291
	Кисель	2	4,06	7,34	200	70,9
Обед	Вермишель молочная	5,75	5,21	18,84	200	145,20
	Хлеб с маслом	3,9	9,75	24,98	60	205,8
	Чай	0	0	14,97	200	56,85
Полдник	Гуляш говяжий	25,13	12,59	5, 73	50	193
	Макороны	3,08	5,24	23,41	100	136, 06
	Чай	0	0	14,97	200	56,85
	Хлеб с маслом	3,9	9,75	24,98	60	205,8