

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Набиуллин Р.Р./



*Handwritten signature*



**МЕНЮ**  
**на 09.03.2022 среда**  
**СОШ с.Ломовка**

| Код<br>блюда                 | Наименование                                        | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-------------------------------------|
|                              |                                                     |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                     |
| Дети ДИ с 1-4 класс Завтрак  |                                                     |                        |                  |       |          |                                     |
| ШК00156                      | Макароны отварные                                   | 170,00                 | 4,22             | 5,36  | 37,15    | 228,65                              |
| ШКГКУР1                      | Голень куриная запеченная в соусе томатном          | 90,00                  | 21,02            | 8,46  | 9,14     | 172,00                              |
| ШК00126                      | Чай с сахаром                                       | 200,00                 | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 27,00                               |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                                      | 30,00                  | 0,76             | 0,60  | 18,00    | 108,00                              |
| ШК00002                      | Масло сливочное (порциями)                          | 10,00                  | 0,10             | 8,20  | 0,10     | 74,00                               |
| СОЛЬЙОД                      | Соль йодированная                                   | 2,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак     |                                                     | 59,76                  | 26,29            | 22,62 | 70,88    | 609,65                              |
| Дети ДИ с 1-4 класс Обед     |                                                     |                        |                  |       |          |                                     |
| ШК00160                      | Рыбный суп                                          | 200,00                 | 5,90             | 12,30 | 25,00    | 162,00                              |
| ШК00168                      | Гуляш из отварного мяса                             | 50,00                  | 6,90             | 7,10  | 11,20    | 105,00                              |
| ШК00059                      | Каша перловая рассыпчатая                           | 130,00                 | 3,83             | 5,13  | 26,39    | 167,05                              |
| Ш100015                      | Напиток из свежемороженных плодов (яблоко/клубника) | 180,00                 | 0,00             | 0,00  | 15,84    | 60,30                               |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                                      | 50,00                  | 1,26             | 1,00  | 30,00    | 180,00                              |
| ШК00129                      | Хлеб ржаной(для детского питания)                   | 35,00                  | 3,03             | 1,17  | 14,93    | 82,83                               |
| СОЛЬЙОД                      | Соль йодированная                                   | 3,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Обед        |                                                     | 67,12                  | 20,93            | 26,70 | 123,36   | 757,18                              |
|                              |                                                     |                        |                  |       |          |                                     |
|                              |                                                     |                        |                  |       |          |                                     |
| Дети ДИ с 5-11 класс Завтрак |                                                     |                        |                  |       |          |                                     |
| ШК00156                      | Макароны отварные                                   | 200,00                 | 4,96             | 6,30  | 43,70    | 269,00                              |
| ШКГКУР1                      | Голень куриная запеченная в соусе томатном          | 90,00                  | 21,02            | 8,46  | 9,14     | 172,00                              |
| ШК00126                      | Чай с сахаром                                       | 200,00                 | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 27,00                               |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                                      | 50,00                  | 1,26             | 1,00  | 30,00    | 180,00                              |
| ШК00002                      | Масло сливочное (порциями)                          | 12,00                  | 0,12             | 9,84  | 0,12     | 88,80                               |
| СОЛЬЙОД                      | Соль йодированная                                   | 2,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак     |                                                     | 67,21                  | 27,56            | 25,60 | 89,46    | 736,80                              |
| Дети ДИ с 5-11 класс Обед    |                                                     |                        |                  |       |          |                                     |
| ШК00160                      | Рыбный суп                                          | 250,00                 | 7,38             | 15,38 | 31,25    | 202,50                              |
| ШК00059                      | Каша перловая рассыпчатая                           | 160,00                 | 4,72             | 6,32  | 32,48    | 205,60                              |
| ШК00168                      | Гуляш из отварного мяса                             | 70,00                  | 9,66             | 9,94  | 15,68    | 147,00                              |
| Ш100015                      | Напиток из свежемороженных плодов (яблоко/клубника) | 200,00                 | 0,00             | 0,00  | 17,60    | 67,00                               |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                                      | 60,00                  | 1,51             | 1,20  | 36,00    | 216,00                              |
| ШК00129                      | Хлеб ржаной(для детского питания)                   | 40,00                  | 3,47             | 1,33  | 17,07    | 94,67                               |
| СОЛЬЙОД                      | Соль йодированная                                   | 3,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Обед        |                                                     | 77,54                  | 26,73            | 34,17 | 150,08   | 932,77                              |
|                              |                                                     |                        |                  |       |          |                                     |
|                              |                                                     |                        |                  |       |          |                                     |
| ММС 5-11 класс Завтрак       |                                                     |                        |                  |       |          |                                     |
| ШК00156                      | Макароны отварные                                   | 200,00                 | 4,96             | 6,30  | 43,70    | 269,00                              |
| ШКГКУР1                      | Голень куриная запеченная в соусе томатном          | 90,00                  | 21,02            | 8,46  | 9,14     | 172,00                              |
| ШК00126                      | Чай с сахаром                                       | 200,00                 | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 27,00                               |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                                      | 50,00                  | 1,26             | 1,00  | 30,00    | 180,00                              |
| ШК00002                      | Масло сливочное (порциями)                          | 12,00                  | 0,12             | 9,84  | 0,12     | 88,80                               |
| СОЛЬЙОД                      | Соль йодированная                                   | 2,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |

|                                       |                                                    |              |              |              |               |                |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Итого по приему: Завтрак              |                                                    | 67,21        | 27,56        | 25,60        | 89,46         | 736,80         |
| <b>ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена</b>   |                                                    |              |              |              |               |                |
| ШК00160                               | Рыбный суп                                         | 250,00       | 7,38         | 15,38        | 31,25         | 202,50         |
| ШК00059                               | Каша перловая рассыпчатая                          | 200,00       | 5,90         | 7,90         | 40,60         | 257,00         |
| ШК00168                               | Гуляш из отварного мяса                            | 90,00        | 12,42        | 12,78        | 20,16         | 189,00         |
| Ш100015                               | Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника) | 200,00       | 0,00         | 0,00         | 17,60         | 67,00          |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                                     | 60,00        | 1,51         | 1,20         | 36,00         | 216,00         |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания)                  | 40,00        | 3,47         | 1,33         | 17,07         | 94,67          |
| СОЛЙОД                                | Соль йодированная                                  | 3,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00           |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                                    | <b>77,54</b> | <b>30,67</b> | <b>38,59</b> | <b>162,68</b> | <b>1026,17</b> |

|                                 |                                            |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|--------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ОВЗ с 1-4 класс Завтрак</b>  |                                            |              |              |              |              |               |
| ШК00156                         | Макаронные отварные                        | 170,00       | 4,22         | 5,36         | 37,15        | 228,65        |
| ШКГКУР1                         | Голень куриная запеченная в соусе томатном | 90,00        | 21,02        | 8,46         | 9,14         | 172,00        |
| ШК00126                         | Чай с сахаром                              | 200,00       | 0,20         | 0,00         | 6,50         | 27,00         |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный                             | 30,00        | 0,76         | 0,60         | 18,00        | 108,00        |
| ШК00002                         | Масло сливочное (порциями)                 | 10,00        | 0,10         | 8,20         | 0,10         | 74,00         |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                          | 2,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                            | <b>59,76</b> | <b>26,29</b> | <b>22,62</b> | <b>70,88</b> | <b>609,65</b> |

|                              |                                                    |              |              |              |               |               |
|------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b>ОВЗ с 1-4 класс Обед</b>  |                                                    |              |              |              |               |               |
| ШК00160                      | Рыбный суп                                         | 200,00       | 5,90         | 12,30        | 25,00         | 162,00        |
| ШК00059                      | Каша перловая рассыпчатая                          | 130,00       | 3,83         | 5,13         | 26,39         | 167,05        |
| ШК00168                      | Гуляш из отварного мяса                            | 50,00        | 6,90         | 7,10         | 11,20         | 105,00        |
| Ш100015                      | Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника) | 180,00       | 0,00         | 0,00         | 15,84         | 60,30         |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                                     | 50,00        | 1,26         | 1,00         | 30,00         | 180,00        |
| ШК00129                      | Хлеб ржаной(для детского питания)                  | 35,00        | 3,03         | 1,17         | 14,93         | 82,83         |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                                  | 3,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                    | <b>67,12</b> | <b>20,93</b> | <b>26,70</b> | <b>123,36</b> | <b>757,18</b> |

|                                       |                                                    |              |              |              |               |               |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b>ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена</b>  |                                                    |              |              |              |               |               |
| ШК00160                               | Рыбный суп                                         | 200,00       | 5,90         | 12,30        | 25,00         | 162,00        |
| ШК00168                               | Гуляш из отварного мяса                            | 50,00        | 6,90         | 7,10         | 11,20         | 105,00        |
| ШК00059                               | Каша перловая рассыпчатая                          | 130,00       | 3,83         | 5,13         | 26,39         | 167,05        |
| Ш100015                               | Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника) | 180,00       | 0,00         | 0,00         | 15,84         | 60,30         |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                                     | 50,00        | 1,26         | 1,00         | 30,00         | 180,00        |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания)                  | 35,00        | 3,03         | 1,17         | 14,93         | 82,83         |
| СОЛЙОД                                | Соль йодированная                                  | 3,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                                    | <b>67,12</b> | <b>20,93</b> | <b>26,70</b> | <b>123,36</b> | <b>757,18</b> |

|                                          |                                            |              |              |              |              |               |
|------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена</b>  |                                            |              |              |              |              |               |
| ШК00156                                  | Макаронные отварные                        | 170,00       | 4,22         | 5,36         | 37,15        | 228,65        |
| ШКГКУР1                                  | Голень куриная запеченная в соусе томатном | 90,00        | 21,02        | 8,46         | 9,14         | 172,00        |
| ШК00126                                  | Чай с сахаром                              | 200,00       | 0,20         | 0,00         | 6,50         | 27,00         |
| 0000065                                  | Хлеб пшеничный                             | 30,00        | 0,76         | 0,60         | 18,00        | 108,00        |
| ШК00002                                  | Масло сливочное (порциями)                 | 10,00        | 0,10         | 8,20         | 0,10         | 74,00         |
| СОЛЙОД                                   | Соль йодированная                          | 2,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена</b> |                                            | <b>59,76</b> | <b>26,29</b> | <b>22,62</b> | <b>70,88</b> | <b>609,65</b> |

|                                 |                                            |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|--------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ОВЗ с 5-11 класс Завтрак</b> |                                            |              |              |              |              |               |
| ШК00156                         | Макаронные отварные                        | 200,00       | 4,96         | 6,30         | 43,70        | 269,00        |
| ШКГКУР1                         | Голень куриная запеченная в соусе томатном | 90,00        | 21,02        | 8,46         | 9,14         | 172,00        |
| ШК00126                         | Чай с сахаром                              | 200,00       | 0,20         | 0,00         | 6,50         | 27,00         |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный                             | 50,00        | 1,26         | 1,00         | 30,00        | 180,00        |
| ШК00002                         | Масло сливочное (порциями)                 | 12,00        | 0,12         | 9,84         | 0,12         | 88,80         |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                          | 2,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                            | <b>67,21</b> | <b>27,56</b> | <b>25,60</b> | <b>89,46</b> | <b>736,80</b> |

**ОВЗ с 5-11 класс Обед**

|                              |                                                    |              |       |       |        |        |
|------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| ШК00160                      | Рыбный суп                                         | 250,00       | 7,38  | 15,38 | 31,25  | 202,50 |
| ШК00168                      | Гуляш из отварного мяса                            | 70,00        | 9,66  | 9,94  | 15,68  | 147,00 |
| ШК00059                      | Каша перловая рассыпчатая                          | 160,00       | 4,72  | 6,32  | 32,48  | 205,60 |
| Ш100015                      | Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника) | 200,00       | 0,00  | 0,00  | 17,60  | 67,00  |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                                     | 60,00        | 1,51  | 1,20  | 36,00  | 216,00 |
| ШК00129                      | Хлеб ржаной(для детского питания)                  | 40,00        | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67  |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                                  | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                    | <b>77,54</b> | 26,73 | 34,17 | 150,08 | 932,77 |

**ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена**

|                                       |                                                    |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| ШК00160                               | Рыбный суп                                         | 250,00       | 7,38  | 15,38 | 31,25  | 202,50 |
| ШК00059                               | Каша перловая рассыпчатая                          | 160,00       | 4,72  | 6,32  | 32,48  | 205,60 |
| ШК00168                               | Гуляш из отварного мяса                            | 70,00        | 9,66  | 9,94  | 15,68  | 147,00 |
| Ш100015                               | Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника) | 200,00       | 0,00  | 0,00  | 17,60  | 67,00  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                                     | 60,00        | 1,51  | 1,20  | 36,00  | 216,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания)                  | 40,00        | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67  |
| СОЛЙОД                                | Соль йодированная                                  | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                                    | <b>77,54</b> | 26,73 | 34,17 | 150,08 | 932,77 |

**ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена**

|                                          |                                            |              |       |       |       |        |
|------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ШК00156                                  | Макароны отварные                          | 200,00       | 4,96  | 6,30  | 43,70 | 269,00 |
| ШКГКУР1                                  | Голень куриная запеченная в соусе томатном | 90,00        | 21,02 | 8,46  | 9,14  | 172,00 |
| ШК00126                                  | Чай с сахаром                              | 200,00       | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 27,00  |
| 0000065                                  | Хлеб пшеничный                             | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00 | 180,00 |
| ШК00002                                  | Масло сливочное (порциями)                 | 12,00        | 0,12  | 9,84  | 0,12  | 88,80  |
| СОЛЙОД                                   | Соль йодированная                          | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена</b> |                                            | <b>67,21</b> | 27,56 | 25,60 | 89,46 | 736,80 |
|                                          |                                            |              |       |       |       |        |
|                                          |                                            |              |       |       |       |        |

**Учащиеся 1-4 классы Завтрак**

|                                 |                                            |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ШК00156                         | Макароны отварные                          | 170,00       | 4,22  | 5,36  | 37,15 | 228,65 |
| ШКГКУР1                         | Голень куриная запеченная в соусе томатном | 90,00        | 21,02 | 8,46  | 9,14  | 172,00 |
| ШК00126                         | Чай с сахаром                              | 200,00       | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 27,00  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный                             | 30,00        | 0,76  | 0,60  | 18,00 | 108,00 |
| ШК00002                         | Масло сливочное (порциями)                 | 10,00        | 0,10  | 8,20  | 0,10  | 74,00  |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                          | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                            | <b>59,76</b> | 26,29 | 22,62 | 70,88 | 609,65 |

**Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена**

|                                       |                                                    |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| ШК00160                               | Рыбный суп                                         | 200,00       | 5,90  | 12,30 | 25,00  | 162,00 |
| ШК00059                               | Каша перловая рассыпчатая                          | 150,00       | 4,42  | 5,92  | 30,45  | 192,75 |
| ШК00168                               | Гуляш из отварного мяса                            | 90,00        | 12,42 | 12,78 | 20,16  | 189,00 |
| Ш100015                               | Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника) | 180,00       | 0,00  | 0,00  | 15,84  | 60,30  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                                     | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00  | 180,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания)                  | 35,00        | 3,03  | 1,17  | 14,93  | 82,83  |
| СОЛЙОД                                | Соль йодированная                                  | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                                    | <b>67,12</b> | 27,04 | 33,17 | 136,38 | 866,88 |
|                                       |                                                    |              |       |       |        |        |
|                                       |                                                    |              |       |       |        |        |

**Учащиеся 5-11 классы Завтрак**

|                                 |                                            |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ШК00156                         | Макароны отварные                          | 200,00       | 4,96  | 6,30  | 43,70 | 269,00 |
| ШКГКУР1                         | Голень куриная запеченная в соусе томатном | 90,00        | 21,02 | 8,46  | 9,14  | 172,00 |
| ШК00126                         | Чай с сахаром                              | 200,00       | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 27,00  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный                             | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00 | 180,00 |
| ШК00002                         | Масло сливочное (порциями)                 | 12,00        | 0,12  | 9,84  | 0,12  | 88,80  |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                          | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                            | <b>67,21</b> | 27,56 | 25,60 | 89,46 | 736,80 |

**Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена**

|         |                         |        |       |       |       |        |
|---------|-------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| ШК00160 | Рыбный суп              | 250,00 | 7,38  | 15,38 | 31,25 | 202,50 |
| ШК00168 | Гуляш из отварного мяса | 90,00  | 12,42 | 12,78 | 20,16 | 189,00 |

|                                       |                                                    |              |       |       |        |         |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|---------|
| ШК00059                               | Каша перловая рассыпчатая                          | 200,00       | 5,90  | 7,90  | 40,60  | 257,00  |
| Ш100015                               | Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника) | 200,00       | 0,00  | 0,00  | 17,60  | 67,00   |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                                     | 60,00        | 1,51  | 1,20  | 36,00  | 216,00  |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания)                  | 40,00        | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67   |
| СОЛЬИОД                               | Соль йодированная                                  | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00    |
| <b>ИТОГО по приему: 20бед 2 смена</b> |                                                    | <b>77,54</b> | 30,67 | 38,59 | 162,68 | 1026,17 |
|                                       |                                                    |              |       |       |        |         |
|                                       |                                                    |              |       |       |        |         |

Контрольное  
блюдо  
МОБУ СОШ  
с.Ломовка



