

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Абдрахманова Р.И./



МЕНЮ
на 29.12.2022 четверг
МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Интернат с 7-11 лет Завтрак						
КП22103	Каша пшеничная молочная	130	2,04	3,12	12,13	156,87
КП22099	Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,40	3,30	10,20	69,00
ХП221Г1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		22,50	9,69	8,67	44,08	360,87
Интернат с 7-11 лет Обед						
КП22047	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	11,25	9,88	22,50	216,25
КП22148	Каша рисовая с тушеным мясом "Богатырская"	150	3,69	4,94	25,37	160,50
КП22002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
ХП221Г1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00
ХП221Г2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и	40	5,20	5,31	32,00	200,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Обед		52,50	25,69	22,48	111,92	754,75
Интернат с 7-11 лет Ужин						
КП22252	Жаркое по-домашнему	200	31,84	7,04	22,48	216,80
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
ХП221Г1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00
ХП221Г2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и	40	5,20	5,31	32,00	200,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Ужин		47,00	42,49	14,60	82,73	578,80
Интернат с 7-11 лет Поздний ужин						
КП22249	Булочка с посыпкой	50	3,70	3,80	23,90	145,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ИТОГО по приему: Поздний ужин		28,00	5,70	8,80	41,90	220,00
ММС с 12 лет и старше Завтрак						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ХП221Г1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00

СОЛЬПОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	29,81	30,05	82,52	636,67
ММС с 7-11 лет Завтрак						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22153	Фрукты свежие (шт.)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
КП22155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00
КП22246	Йогурт	100	4,10	4,20	10,00	96,00
СОЛЬПОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		86,63	29,38	29,65	102,15	726,50
ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЬПОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	29,81	30,05	82,52	636,67
ОВЗ с 12 лет и старше Обед						
КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	50	0,00	0,00	25,00	95,00
КП22190	Суп с пшенной крупой	250	8,27	4,00	11,67	223,33
КП22234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	100	12,20	8,70	11,00	173,00
КП22176	Картофельное пюре	110	2,57	5,50	14,76	137,50
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	70	7,35	3,15	30,45	189,00
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и	50	6,50	6,64	40,00	250,00
СОЛЬПОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Обед		77,54	37,89	28,03	160,38	1177,83
ОВЗ с 7-11 лет Завтрак						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22153	Фрукты свежие (шт.)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
КП22155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00

КП22246	Йогурт	100	4,10	4,20	10,00	96,00
СОЛЫИОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		86,63	29,38	29,65	102,15	726,50

ОВЗ с 7-11 лет Обед

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	50	0,00	0,00	25,00	95,00
КП22190	Суп с пшенной крупой	230	7,61	3,68	10,73	205,47
КП22234	Оришадельки из птицы в томатном соусе	100	12,20	8,70	11,00	173,00
КП22176	Картофельное пюре	110	2,57	5,50	14,76	137,50
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65	6,83	2,93	28,28	175,50
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и	40	5,20	5,31	32,00	200,00
СОЛЫИОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Обед		67,12	35,40	26,16	149,27	1096,47

СВО 12 лет и старше Завтрак

КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫИОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,89	29,81	30,05	82,52	636,67

Сотрудники Завтрак

КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫИОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	24,68	24,85	77,45	560,00

Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак

КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫИОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	29,81	30,05	82,52	636,67

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22153	Фрукты свеж. (шт.)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
КП22155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
КП22161	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебобулочной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00
КП22246	Йогурт	100	4,10	4,20	10,00	96,00
СОЛЫ10Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		86,63	29,38	29,65	102,15	726,50