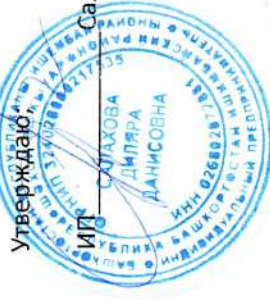


Согласованно:

Директор МБОУ Лицей № 12

Винокурова В.В. Винокурова В.В.



Утверждаю:

Салахова Д.Д.

**Основное (организованное) меню для обучающихся муниципальных
общеобразовательных организаций
муниципального района Ишимбайский район РБ на весенний сезон
2024 – 2025 г.**

- 71,09 руб. начальное звено (1-4классы) – завтрак

- 150,82 руб. ОВЗ, инвалиды, СВО (начальное звено 1-4кл.) - завтрак, обед

1 неделя : 1-4 кл - завтрак; ОВЗ, инвалиды, СВО - завтрак, обед

Прием пищи, наименование блюда		выход	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
№ТК						
1 день						
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО						
ТК № 208	Каша пшенная молочная	180	6,7	7,6	32,6	222
ТК № 288	Чай с лимоном и сахаром	200	2	0	9,3	38
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	7,5	3,55	21,57	121
ТК № 1,3	Масло сливочное	8	0,64	0,64	5,6	62
ТК№ 155	Йогурт фруктовый	100	4,1	3,2	10	98
	Итого за прием	538	20,94	14,99	79,07	541
	Сумма: 71,09руб.					
Обед ОВЗ, инвалиды, СВО						
ТК № 40	Салат картофельный с огурцами солеными	60	0,9	3,1	6	56
ТК № 61	Суп картофельный с клецками	200	8	7,3	9	137
ТК № 133	Плов из птицы	180	14	18	39	371
ТК № 77	Кисель из концент.на плод. и ягодн. экстрактах	200	4	0	25	76
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	0,7	0,7	7,2	70
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	35	2,7	0,6	34,8	63
	Итого за прием	705	30,3	29,7	121	773
	Сумма: 150,82 руб. (ОВЗ, инвалиды, СВО)					
	Итого за день	1243	51,24	44,69	200,07	1314
2 день						
Прием пищи, наименование блюда						
		выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО						
ТК № 70	Котлеты "Нежные", соус томатный	100	8,1	13	6,61	176
ТК № 175	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224
ТК № 289	Чай витаминизированный	200	0,1	0,0	7,9	31
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	55	1,2	2,55	21,57	121
	Итого за прием	505	17,8	20,97	70,72	552
	Сумма: 71,09руб.					
Обед ОВЗ, инвалиды, СВО						
ТК № 1,5	Огурец (порционно)	60	0,1	0,0	1,5	8
ТК№52	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,5	6,8	76
ТК № 82	Котлеты рыбные, соус томатный	100	8,1	5,7	6,9	112
ТК № 141	Картофельное пюре	150	3,1	4,6	20,1	137
ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3,7	1,7	7,6	135
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	6,7	5,7	21,2	105
	Итого за прием	770	24,1	22,3	95,8	683
	Сумма: 150,82 руб. (ОВЗ, инвалиды, СВО)					
	Итого за день	1275	41,9	43,2	166,52	1235

Прием пищи, наименование блюда										
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО									
ТК № 131	Котлеты из птицы, соус томатный									
ТК № 216	Макаронные изделия отварные									
ТК № 291	Какао с молоком									
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.									
ТК	Сыр порционно									
	Итого за прием									
	Сумма: 71,09руб.									
	Обед ОВЗ, инвалиды, СВО									
ТК№1,4	Свекла отварная									
ТК№ 62	Суп картофельный с бобовыми									
ТК № 433	Гуляш из птицы									
ТК № 179	Каша рисовая рассыпчатая									
ТК № 286	Чай с сахаром									
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.									
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин									
	Итого за прием									
	Сумма: 150,82 руб. (ОВЗ, инвалиды, СВО)									
	Итого за день									
	4 день									
Прием пищи, наименование блюда										
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО									
ТК № 133	Плов из птицы									
ТК № 286	Чай с сахаром									
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.									
ТК	Яблоко свежее									
	Итого за прием									
	Сумма: 71,09руб.									
	Обед ОВЗ, инвалиды, СВО									
ТК № 50	Маринад овощной без томата									
ТК № 55	Борщ из свежей капусты с картофелем									
ТК № 97	Котлеты мясные, соус томатный									
ТК № 175	Каша гречневая рассыпчатая									
ТК № 278	Компот из сухофруктов									
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.									
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин									
	Итого за прием									
	Итого за день:									
	Сумма: 150,82 руб. (ОВЗ, инвалиды, СВО)									

Неделя: пер	5 день					
Прием пищи, наименование блюда						
	выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО						
ТК № 107	100	7,5	7,9	9,4	171	
ТК № 141	150	3,1	4,6	20,1	137	
ТК № 288	200	2	0	9,3	38	
СПРЕБРЖ	50	3,7	5,5	33,5	124	
	500	16,3	18	72,3	470	
Обед ОВЗ, инвалиды, СВО						
ТК № 41	60	1	3,1	4	76	
ТК № 59	200	2,3	2,2	14,3	88	
ТК № 131	100	9	8,48	8,3	139	
ТК № 216	150	5,5	4,2	33,3	196	
ТК № 301	200	0	0	23,5	89	
СПРЕБРЖ	30	2,5	2,8	5,6	59	
СПРЕБРЖ	30	5,6	3,7	17,2	73	
	770	25,9	24,48	106,2	720	
Сумма: 150,82 руб. (ОВЗ, инвалиды, СВО)						
	1270	42,2	42,48	178,5	1190	

2 неделя : 1-4 кл - завтрак; ОБЗ, инвалиды, СВО - завтрак, обед							
Прием пищи, наименование блюда		Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	
6 день							
Завтрак 1-4кл, ОБЗ,инвалиды, СВО							
ТК № 210	Каша "Дружба"	200	6,27	8,13	33,47	232	
ТК № 227	Запеканка из творога со сгущенкой	57	9,69	6,8	14,48	159	
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	25	
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	2,7	1,55	21,57	121	
	Итого за прием	507	18,76	16,5	79,42	537	
	Сумма: 71,09руб.						
Обед ОБЗ, инвалиды, СВО							
ТК № 50	Маринад овощной без томата	60	0,7	5,3	5,9	74	
ТК № 60	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	2,1	2,1	15,5	90	
ТК № 214	Рагу из птицы	180	15,8	20,15	18,7	317	
ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	1,98	0,27	11,4	101	
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	35	3,7	0,49	41,1	94	
	Итого за прием	705	25,2	25,8	122,9	786	
	Итого за день	1212	44,0	42,3	202,3	1323	
	Сумма: 150,82 руб. (ОБЗ, инвалиды, СВО)						
7 день							
Прием пищи, наименование блюда							
Завтрак 1-4кл, ОБЗ,инвалиды, СВО							
ТК № 131	Котлеты из птицы, соус томатный	100	9	8,48	8,3	139	
ТК № 141	Картофельное пюре	150	3,1	4,6	20,1	137	
ТК № 289	Чай витаминизированный	200	0,1	0,0	7,9	31	
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин	55	4,4	6,2	30,8	179	
	Итого за прием	505	16,6	19,3	67,14	486	
	Сумма: 71,09руб.						
Обед ОБЗ, инвалиды, СВО							
ТК № 1,4	Свекла отварная	60	0,8	0,1	4,3	21	
ТК № 52	Рассольник ленинградский	200	1,7	4,8	12,3	104	
ТК № 129	Фрикадельки из птицы, соус томатный	100	7,3	9	4,3	127	
ТК № 175	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224	
ТК № 77	Кисель из концент.на плод. и ягодн. экстрактах	200	4	0	25	76	
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	2,3	2,1	5,6	71	
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	5,7	2,6	36	55	
	Итого за прием	770	30,2	24	122,1	678	
	Итого за день	1275	46,8	43,3	189,24	1164	
	Сумма: 150,82 руб. (ОБЗ, инвалиды, СВО)						

	8 день						
Прием пищи, наименование блюда							
	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО							
ТК № 133	Плов из птицы	180	14	18	39	371	
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	25	
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	0,9	0,45	19	79	
ТК № 155	Йогурт фруктовый	100	4,1	3,2	10	98	
	Итого за прием	530	19,1	21,67	77,9	573	
	Сумма: 71,09руб.						
Обед ОВЗ, инвалиды, СВО							
ТК № 40	Салат картофельный согурами солеными	60	0,9	3,1	6	56	
ТК № 64	Суп крестьянский с крупой	200	1,8	3,9	10,1	87	
ТК № 216	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,3	33,3	196	
ТК № 99	Гуляш из говядины	90	8,1	9,3	7,2	138	
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	25	
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	1,98	0,27	11,4	59	
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	2,04	0,36	36	79	
	Итого за прием	760	20,3	21,2	113,9	640	
	Итого за день	1290	39,4	42,87	191,8	1213	
	Сумма: 150,82 руб. (ОВЗ, инвалиды, СВО)						
9 день							
Прием пищи, наименование блюда							
	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО							
ТК № 175	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224	
ТК № 107	Тефтели из говядины с рисом	100	7,5	7,9	9,4	171	
ТК № 288	Чай с лимоном и сахаром	200	2	0	9,3	38	
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	0,7	1,5	19,7	121	
ТК	Сыр порционно	8	0,6	1,4	7	29	
	Итого за прием	508	19,2	16,2	80	583	
	Сумма: 71,09руб.						
Обед ОВЗ, инвалиды, СВО							
ТК № 1,5	Огурец (порционно)	60	0,1	0,0	1,5	8	
ТК № 52	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,5	6,8	76	
ТК № 82	Котлеты рыбные, соус томатный	100	8,1	5,7	6,9	112	
ТК № 170	Гороховое пюре	150	14,6	5,1	33,1	240	
ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3,7	2,2	5,6	91	
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	5,7	5,8	3,2	88	
	Итого за прием	770	34,6	23,4	84,6	725	
	Итого за день	1278	53,8	39,6	164,6	1308	
	Сумма: 150,82 руб. (ОВЗ, инвалиды, СВО)						

10 день						
Прием пищи, наименование блюда						
	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО						
ТК № 228	Макароны	8,7	13,4	29,4	279	
ТК № 291	Макароны , запеченные с сыром	3,6	3,3	13,7	100	
СПРЕБРЖ	Какао с молоком	4,7	1,55	21,57	121	
ЦО7ФРУКТ	Хлеб пшеничный витамин.	0,4	0	9,8	58	
	Яблоко	17,4	18,25	74,47	558	
	Итого за прием					
	Сумма: 71,09руб.					
Обед ОВЗ, инвалиды, СВО						
ТК № 41	Винегрет овощной	1	3,1	4	76	
ТК № 62	Суп картофельный с бобовыми	6,2	4,1	25,5	169	
ТК № 131	Котлеты из птицы, соус томатный	9	8,48	8,3	139	
ТК № 179	Каша рисовая рассыпчатая	3,7	3,6	37,6	201	
ТК № 301	Напиток яблочный	0	0	23,5	89	
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	2,3	2,13	5,6	35	
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	4,7	1,6	3,2	52	
	Итого за прием	26,9	23,01	107,7	761	
	Итого за день	44,3	41,26	182,17	1319	
	Сумма: 150,82 руб. (ОВЗ, инвалиды, СВО)					