

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ
на 10.03.2022 четверг
СОШ с.Ломовка



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дети ДИ с 1-4 класс Завтрак						
ШК00153	Рис припущенный	160,00	3,52	5,44	15,52	206,40
ШК00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,50	7,20	8,00	130,00
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200,00	0,00	0,00	50,00	150,00
0000065	Хлеб пшеничный	40,00	1,01	0,80	24,00	144,00
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		59,76	12,03	13,44	97,52	630,40
Дети ДИ с 1-4 класс Обед						
ШК00026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	200,00	4,74	6,24	13,60	129,00
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000112	Картофель отварной с маслом	130,00	2,60	2,86	19,50	116,13
Ш000011	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,90	0,04	24,75	99,00
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
СОЛЬИОД	Соль йодированная	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Обед		67,12	21,29	22,11	107,94	758,97
Дети ДИ с 5-11 класс Завтрак						
ШК00153	Рис припущенный	200,00	4,40	6,80	19,40	258,00
ШК00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,50	7,20	8,00	130,00
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200,00	0,00	0,00	50,00	150,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	30,00	180,00
ШК00001	Сыр твердых сортов в нарезке	12,00	2,80	3,52	0,00	42,40
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	15,96	18,52	107,40	760,40
Дети ДИ с 5-11 класс Обед						
ШК00026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250,00	5,92	7,80	17,00	161,25
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000112	Картофель отварной с маслом	150,00	3,00	3,30	22,50	134,00
Ш000011	Компот из смеси сухофруктов	200,00	1,00	0,05	27,50	110,00
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
ИТОГО по приему: Обед		77,54	23,66	24,48	125,23	867,92
ММС 5-11 класс Завтрак						
ШК00153	Рис припущенный	200,00	4,40	6,80	19,40	258,00
ШК00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,50	7,20	8,00	130,00
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200,00	0,00	0,00	50,00	150,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	30,00	180,00
ШК00001	Сыр твердых сортов в нарезке	12,00	2,80	3,52	0,00	42,40
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	15,96	18,52	107,40	760,40

ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена					
ШК00026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250,00	5,92	7,80	161,25
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	152,00
0000112	Картофель отварной с маслом	180,00	3,60	3,96	160,80
Ш000011	Компот из смеси сухофруктов	200,00	1,00	0,05	110,00
0000065	Хлеб пшеничный	60,00	1,51	1,20	216,00
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	40,00	3,47	1,33	94,67
СОЛЙОД	Соль йодированная	3,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		77,54	24,26	25,14	894,72

ОВЗ с 1-4 класс Завтрак					
ШК00153	Рис припущенный	160,00	3,52	5,44	206,40
ШК00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,50	7,20	130,00
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200,00	0,00	0,00	150,00
0000065	Хлеб пшеничный	40,00	1,01	0,80	144,00
СОЛЙОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		59,76	12,03	13,44	630,40

ОВЗ с 1-4 класс Обед					
ШК00026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	200,00	4,74	6,24	129,00
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	152,00
0000112	Картофель отварной с маслом	130,00	2,60	2,86	116,13
Ш000011	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,90	0,04	99,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	180,00
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35,00	3,03	1,17	82,83
СОЛЙОД	Соль йодированная	3,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Обед		67,12	21,29	22,11	758,97

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена					
ШК00026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	200,00	4,74	6,24	129,00
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	152,00
0000112	Картофель отварной с маслом	130,00	2,60	2,86	116,13
Ш000011	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,90	0,04	99,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	180,00
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35,00	3,03	1,17	82,83
СОЛЙОД	Соль йодированная	3,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		67,12	21,29	22,11	758,97

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена					
ШК00153	Рис припущенный	160,00	3,52	5,44	206,40
ШК00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,50	7,20	130,00
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200,00	0,00	0,00	150,00
0000065	Хлеб пшеничный	40,00	1,01	0,80	144,00
СОЛЙОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	12,03	13,44	630,40

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак					
ШК00153	Рис припущенный	200,00	4,40	6,80	258,00
ШК00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,50	7,20	130,00
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200,00	0,00	0,00	150,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	180,00
ШК00001	Сыр твердых сортов в нарезке	12,00	2,80	3,52	42,40
СОЛЙОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	15,96	18,52	760,40

ОВЗ с 5-11 класс Обед					
ШК00026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250,00	5,92	7,80	161,25
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	152,00
0000112	Картофель отварной с маслом	150,00	3,00	3,30	134,00

ШК000011	Компот из смеси сухофруктов	200,00	1,00	0,05	27,50	110,00
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
ИТОГО по приему: Обед		77,54	23,66	24,48	125,23	867,92

ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена

ШК00026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250,00	5,92	7,80	17,00	161,25
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000112	Картофель отварной с маслом	150,00	3,00	3,30	22,50	134,00
Ш000011	Компот из смеси сухофруктов	200,00	1,00	0,05	27,50	110,00
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
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		77,54	23,66	24,48	125,23	867,92

ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена

ШК00153	Рис припущенный	200,00	4,40	6,80	19,40	258,00
ШК00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,50	7,20	8,00	130,00
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200,00	0,00	0,00	50,00	150,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	30,00	180,00
ШК00001	Сыр твердых сортов в нарезке	12,00	2,80	3,52	0,00	42,40
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	15,96	18,52	107,40	760,40

Учащиеся 1-4 классы Завтрак

ШК00153	Рис припущенный	160,00	3,52	5,44	15,52	206,40
ШК00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,50	7,20	8,00	130,00
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200,00	0,00	0,00	50,00	150,00
0000065	Хлеб пшеничный	40,00	1,01	0,80	24,00	144,00
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		59,76	12,03	13,44	97,52	630,40

Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена

ШК00026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	200,00	4,74	6,24	13,60	129,00
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000112	Картофель отварной с маслом	150,00	3,00	3,30	22,50	134,00
Ш000011	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,90	0,04	24,75	99,00
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
СОЛЬИОД	Соль йодированная	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		67,12	21,69	22,55	110,94	776,83

Учащиеся 5-11 классы Завтрак

ШК00153	Рис припущенный	200,00	4,40	6,80	19,40	258,00
ШК00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,50	7,20	8,00	130,00
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200,00	0,00	0,00	50,00	150,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	30,00	180,00
ШК00001	Сыр твердых сортов в нарезке	12,00	2,80	3,52	0,00	42,40
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	15,96	18,52	107,40	760,40

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена

ШК00026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250,00	5,92	7,80	17,00	161,25
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000112	Картофель отварной с маслом	180,00	3,60	3,96	27,00	160,80
Ш000011	Компот из смеси сухофруктов	200,00	1,00	0,05	27,50	110,00
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: 2Обед 2 смена		77,54	24,26	25,14	129,73	894,72

Контрольное
блюдо
МОБУ СОШ
с.Ломовка



Контрольное
блюдо
МОБУ СОШ
с.Ломовка

