

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./

МЕНЮ
на 20.01.2022 четверг
СОШ с.Ломовка



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дети ДИ с 1-4 класс Завтрак						
ШК00065	Картофельное пюре	200,00	4,10	8,10	26,40	194,00
ШК00168	Гуляш из отварного мяса	50,00	6,90	7,10	11,20	105,00
ШК00128	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,60	1,40	8,60	53,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	30,00	180,00
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		57,43	13,86	17,60	76,20	532,00
Дети ДИ с 1-4 класс Обед						
ШК00020	Рассольник ленинградский	200,00	4,74	6,24	13,60	129,40
0000146	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	8,40	5,40	34,60	224,00
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000121	Кисель фруктовый	180,00	0,00	0,00	18,00	68,40
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		64,23	26,19	24,61	116,29	836,63
Дети ДИ с 5-11 класс Завтрак						
ШК00065	Картофельное пюре	220,00	4,51	8,91	29,04	213,40
ШК00168	Гуляш из отварного мяса	60,00	8,28	8,52	13,44	126,00
ШК00128	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,60	1,40	8,60	53,00
0000065	Хлеб пшеничный	60,00	1,51	1,20	36,00	216,00
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	15,90	20,03	87,08	608,40
Дети ДИ с 5-11 класс Обед						
ШК00020	Рассольник ленинградский	250,00	5,92	7,80	17,00	161,75
0000146	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	10,08	6,48	41,52	268,80
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000121	Кисель фруктовый	200,00	0,00	0,00	20,00	76,00
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		74,15	29,74	27,61	136,75	969,22
ММС 5-11 класс Завтрак						
ШК00065	Картофельное пюре	220,00	4,51	8,91	29,04	213,40
ШК00168	Гуляш из отварного мяса	60,00	8,28	8,52	13,44	126,00
ШК00128	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,60	1,40	8,60	53,00
0000065	Хлеб пшеничный	60,00	1,51	1,20	36,00	216,00
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	15,90	20,03	87,08	608,40
ММС 5-11 класс ЗОбед 2 смена						
ШК00020	Рассольник ленинградский	250,00	5,92	7,80	17,00	161,75

0000146	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	10,08	6,48	41,52	268,80
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000121	Кисель фруктовый	200,00	0,00	0,00	20,00	76,00
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
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		77,54	29,74	27,61	136,75	969,22

ОВЗ с 1-4 класс Завтрак

ШК00065	Картофельное пюре	200,00	4,10	8,10	26,40	194,00
ШК00168	Гуляш из отварного мяса	50,00	6,90	7,10	11,20	105,00
ШК00128	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,60	1,40	8,60	53,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	30,00	180,00
СОЛЙОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		57,43	13,86	17,60	76,20	532,00

ОВЗ с 1-4 класс Обед

ШК00020	Рассольник ленинградский	200,00	4,74	6,24	13,60	129,40
0000146	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	8,40	5,40	34,60	224,00
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000121	Кисель фруктовый	180,00	0,00	0,00	18,00	68,40
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
ИТОГО по приему: Обед		64,23	26,19	24,61	116,29	836,63

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

ШК00020	Рассольник ленинградский	200,00	4,74	6,24	13,60	129,40
0000146	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	8,40	5,40	34,60	224,00
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000121	Кисель фруктовый	180,00	0,00	0,00	18,00	68,40
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
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		64,23	26,19	24,61	116,29	836,63

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

ШК00065	Картофельное пюре	200,00	4,10	8,10	26,40	194,00
ШК00168	Гуляш из отварного мяса	50,00	6,90	7,10	11,20	105,00
ШК00128	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,60	1,40	8,60	53,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	30,00	180,00
СОЛЙОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		57,43	13,86	17,60	76,20	532,00

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

ШК00065	Картофельное пюре	220,00	4,51	8,91	29,04	213,40
ШК00168	Гуляш из отварного мяса	60,00	8,28	8,52	13,44	126,00
ШК00128	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,60	1,40	8,60	53,00
0000065	Хлеб пшеничный	60,00	1,51	1,20	36,00	216,00
СОЛЙОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	15,90	20,03	87,08	608,40

ОВЗ с 5-11 класс Обед

ШК00020	Рассольник ленинградский	250,00	5,92	7,80	17,00	161,75
0000146	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	10,08	6,48	41,52	268,80
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000121	Кисель фруктовый	200,00	0,00	0,00	20,00	76,00
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
ИТОГО по приему: Обед		74,15	29,74	27,61	136,75	969,22

ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена

ШК00020	Рассольник ленинградский	250,00	5,92	7,80	17,00	161,75
0000146	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	10,08	6,48	41,52	268,80
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000121	Кисель фруктовый	200,00	0,00	0,00	20,00	76,00
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
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		74,15	29,74	27,61	136,75	969,22

ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена

ШК00065	Картофельное пюре	220,00	4,51	8,91	29,04	213,40
ШК00168	Гуляш из отварного мяса	60,00	8,28	8,52	13,44	126,00
ШК00128	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,60	1,40	8,60	53,00
0000065	Хлеб пшеничный	60,00	1,51	1,20	36,00	216,00
СОЛЙОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	15,90	20,03	87,08	608,40

Учащиеся 1-4 классы Завтрак

ШК00065	Картофельное пюре	200,00	4,10	8,10	26,40	194,00
ШК00168	Гуляш из отварного мяса	50,00	6,90	7,10	11,20	105,00
ШК00128	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,60	1,40	8,60	53,00
0000065	Хлеб пшеничный	50,00	1,26	1,00	30,00	180,00
СОЛЙОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		59,76	13,86	17,60	76,20	532,00

Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена

ШК00020	Рассольник ленинградский	200,00	4,74	6,24	13,60	129,40
0000146	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	8,40	5,40	34,60	224,00
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000121	Кисель фруктовый	180,00	0,00	0,00	18,00	68,40
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
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		67,12	26,19	24,61	116,29	836,63

Учащиеся 5-11 классы Завтрак

ШК00065	Картофельное пюре	220,00	4,51	8,91	29,04	213,40
ШК00168	Гуляш из отварного мяса	60,00	8,28	8,52	13,44	126,00
ШК00128	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,60	1,40	8,60	53,00
0000065	Хлеб пшеничный	60,00	1,51	1,20	36,00	216,00
СОЛЙОД	Соль йодированная	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	15,90	20,03	87,08	608,40

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена

ШК00020	Рассольник ленинградский	250,00	5,92	7,80	17,00	161,75
0000146	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	10,08	6,48	41,52	268,80
ШК0381a	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,80	5,16	152,00
0000121	Кисель фруктовый	200,00	0,00	0,00	20,00	76,00
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
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		77,54	29,74	27,61	136,75	969,22



Контрольное
блюдо
МОБУ СОШ
с.Ломовка

