

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения  
*А.А.Хаб* *И.И.Харунова*

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

*Р.А.Азиз*

/Абдрахманова Р.И./



**МЕНЮ**  
**на 20.01.2023 пятница**  
**МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы**

| Код<br>блюда                     | Наименование                                                                            | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-------------------------------------|
|                                  |                                                                                         |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                     |
| Интернат с 7-11 лет Завтрак      |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22124                          | Каша манная молочная                                                                    | 130                    | 3,27             | 5,08  | 15,16    | 118,73                              |
| КП22099                          | Кофейный напиток с молоком (Цикорий)                                                    | 200                    | 2,40             | 3,30  | 10,20    | 69,00                               |
| ХП22ИГ1                          | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом        | 50                     | 5,25             | 2,25  | 21,75    | 135,00                              |
| СОЛЬЙОД                          | Соль йодированная                                                                       | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак         |                                                                                         | 22,50                  | 10,92            | 10,63 | 47,11    | 322,73                              |
| Интернат с 7-11 лет Обед         |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| 0000161                          | Суп с рисовой крупой                                                                    | 250                    | 2,67             | 2,50  | 26,00    | 130,00                              |
| КП22167                          | Макароны отварные с маслом                                                              | 150                    | 3,72             | 6,10  | 32,77    | 201,75                              |
| КП22016                          | Мясная подлива                                                                          | 50                     | 0,67             | 2,17  | 3,33     | 35,00                               |
| КП22005                          | Компот из свежемороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)                             | 200                    | 0,20             | 0,09  | 0,19     | 61,00                               |
| ХП22ИГ1                          | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом        | 50                     | 5,25             | 2,25  | 21,75    | 135,00                              |
| ХП22ИГ2                          | Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и | 40                     | 3,20             | 0,40  | 19,40    | 92,80                               |
| СОЛЬЙОД                          | Соль йодированная                                                                       | 3                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Обед            |                                                                                         | 52,50                  | 15,70            | 13,50 | 103,45   | 655,55                              |
| Интернат с 7-11 лет Ужин         |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22241                          | Каша перловая с тушеным мясом "Армейская"                                               | 200                    | 4,72             | 6,32  | 32,48    | 206,40                              |
| КП22003                          | Чай с сахаром                                                                           | 200                    | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 27,00                               |
| ХП22ИГ1                          | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом        | 50                     | 5,25             | 2,25  | 21,75    | 135,00                              |
| ХП22ИГ2                          | Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и | 40                     | 3,20             | 0,40  | 19,40    | 92,80                               |
| СОЛЬЙОД                          | Соль йодированная                                                                       | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Ужин            |                                                                                         | 47,00                  | 13,37            | 8,97  | 80,13    | 461,20                              |
| Интернат с 7-11 лет Поздний ужин |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22164                          | Чай с молоком и сахаром                                                                 | 200                    | 2,00             | 5,00  | 18,00    | 75,00                               |
| КП22244                          | Печенье                                                                                 | 50                     | 1,66             | 0,84  | 15,00    | 68,75                               |
| ИТОГО по приему: Поздний ужин    |                                                                                         | 28,00                  | 3,66             | 5,84  | 33,00    | 143,75                              |
|                                  |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| ММС с 12 лет и старше Завтрак    |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22176                          | Картофельное пюре                                                                       | 200                    | 4,67             | 10,00 | 26,83    | 250,00                              |
| КП22019                          | Тефтели из говядины с подливом овощным                                                  | 100                    | 6,20             | 6,00  | 6,10     | 123,00                              |
| КП22151                          | Напиток витаминизированный из свежемороженных ягод                                      | 200                    | 1,80             | 0,09  | 3,19     | 61,00                               |



|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 5,25  | 2,25  | 21,75 | 135,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>73,20</b> | 17,92 | 18,34 | 57,87 | 569,00 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |

#### ММС с 7-11 лет Завтрак

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                                                | 160          | 3,73  | 8,00  | 21,47 | 200,00 |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                                           | 100          | 6,20  | 6,00  | 6,10  | 123,00 |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды                               | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 40           | 4,20  | 1,80  | 17,40 | 108,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>64,44</b> | 15,93 | 15,89 | 48,16 | 492,00 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |

#### ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                                                | 200          | 4,67  | 10,00 | 26,83 | 250,00 |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                                           | 100          | 6,20  | 6,00  | 6,10  | 123,00 |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды                               | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 5,25  | 2,25  | 21,75 | 135,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>73,20</b> | 17,92 | 18,34 | 57,87 | 569,00 |

#### ОВЗ с 12 лет и старше Обед

|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| КП22048                      | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной                                 | 250          | 1,70  | 6,20  | 10,80  | 119,00 |
| КП22167                      | Макароны отварные с маслом                                                              | 180          | 4,46  | 7,32  | 39,33  | 242,10 |
| КП22077                      | Биточки мясные с соусом томатным                                                        |              | 1,40  | 4,73  | 1,95   | 74,00  |
| КП22005                      | Компот из свежемороженой ягоды (яблоки/черноплодная рябина)                             | 200          | 0,20  | 0,09  | 0,19   | 61,00  |
| 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           | 4,00  | 0,50  | 24,25  | 116,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                                         | <b>84,45</b> | 19,11 | 21,99 | 106,97 | 801,10 |
|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |

#### ОВЗ с 7-11 лет Завтрак

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                                                | 160          | 3,73  | 8,00  | 21,47 | 200,00 |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                                           | 100          | 6,20  | 6,00  | 6,10  | 123,00 |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды                               | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 40           | 4,20  | 1,80  | 17,40 | 108,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>64,44</b> | 15,93 | 15,89 | 48,16 | 492,00 |

#### ОВЗ с 7-11 лет Обед

|         |                                                                                         |     |      |      |       |        |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| КП22047 | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной                                 | 200 | 9,00 | 7,90 | 18,00 | 173,00 |
| КП22167 | Макароны отварные с маслом                                                              | 150 | 3,72 | 6,10 | 32,77 | 201,75 |
| КП22077 | Биточки мясные с соусом томатным                                                        |     | 1,40 | 4,73 | 1,95  | 74,00  |
| КП22005 | Компот из свежемороженой ягоды (яблоки/черноплодная рябина)                             | 200 | 0,20 | 0,09 | 0,19  | 61,00  |
| ХП22ИГ1 | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом        | 55  | 5,78 | 2,48 | 23,93 | 148,50 |
| ХП22ИГ2 | Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и | 30  | 2,40 | 0,30 | 14,55 | 69,60  |

|                              |  |              |       |       |       |        |
|------------------------------|--|--------------|-------|-------|-------|--------|
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |  | <b>72,54</b> | 22,49 | 21,59 | 91,39 | 727,85 |
|                              |  |              |       |       |       |        |
|                              |  |              |       |       |       |        |

**СВО 12 лет и старше Завтрак**

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                                                | 200          | 4,67  | 10,00 | 26,83 | 250,00 |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                                           | 100          | 6,20  | 6,00  | 6,10  | 123,00 |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды                               | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 5,25  | 2,25  | 21,75 | 135,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>73,94</b> | 17,92 | 18,34 | 57,87 | 569,00 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |

**Сотрудники Завтрак**

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                                                | 160          | 3,73  | 8,00  | 21,47 | 200,00 |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                                           | 100          | 6,20  | 6,00  | 6,10  | 123,00 |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды                               | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 40           | 4,20  | 1,80  | 17,40 | 108,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>73,20</b> | 15,93 | 15,89 | 48,16 | 492,00 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |

**Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак**

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                                                | 200          | 4,67  | 10,00 | 26,83 | 250,00 |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                                           | 100          | 6,20  | 6,00  | 6,10  | 123,00 |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды                               | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 5,25  | 2,25  | 21,75 | 135,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>73,20</b> | 17,92 | 18,34 | 57,87 | 569,00 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |

**Уч-ся с 7-11 лет Завтрак**

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                                                | 160          | 3,73  | 8,00  | 21,47 | 200,00 |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                                           | 100          | 6,20  | 6,00  | 6,10  | 123,00 |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды                               | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 40           | 4,20  | 1,80  | 17,40 | 108,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>64,44</b> | 15,93 | 15,89 | 48,16 | 492,00 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |