

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Абдрахманова Р.И./



**МЕНЮ**  
**на 13.12.2022 вторник**  
**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      |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22117                          | Каша пшѐнная молочная жидкая                                                            | 130                    | 4,85             | 5,72  | 22,88    | 162,07                              |
| КП22099                          | Кофейный напиток с молоком (Цикорий)                                                    | 200                    | 2,40             | 2,30  | 10,20    | 69,00                               |
| ХП22ИГ1                          | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом        | 50                     | 4,25             | 1,00  | 26,75    | 121,50                              |
| СОЛЬИОД                          | Соль йодированная                                                                       | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак         |                                                                                         | 22,50                  | 11,50            | 9,02  | 59,83    | 352,57                              |
| Интернат с 7-11 лет Обед         |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22156                          | Суп картофельный с лапшой домашней                                                      | 250                    | 2,83             | 4,00  | 18,67    | 120,00                              |
| КП22155                          | Плов из куриного филе                                                                   | 150                    | 15,40            | 15,60 | 15,20    | 230,00                              |
| КП22007                          | Напиток яблочный                                                                        | 200                    | 0,00             | 2,56  | 19,00    | 67,00                               |
| ХП22ИГ1                          | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом        | 50                     | 4,25             | 1,00  | 26,75    | 121,50                              |
| ХП22ИГ2                          | Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и | 40                     | 3,20             | 0,40  | 19,40    | 92,80                               |
| СОЛЬИОД                          | Соль йодированная                                                                       | 3                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Обед            |                                                                                         | 52,50                  | 25,68            | 23,56 | 99,02    | 631,30                              |
| Интернат с 7-11 лет Ужин         |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22173                          | Каша гречневая рассыпчатая                                                              | 150                    | 5,30             | 4,40  | 23,90    | 155,00                              |
| КП22016                          | Мясная подлива                                                                          | 50                     | 0,67             | 2,17  | 3,33     | 35,00                               |
| 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                     | 4,25             | 1,00  | 26,75    | 121,50                              |
| ХП22ИГ2                          | Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и | 40                     | 3,20             | 0,40  | 19,40    | 92,80                               |
| СОЛЬИОД                          | Соль йодированная                                                                       | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Ужин            |                                                                                         | 47,00                  | 13,62            | 7,97  | 79,88    | 431,30                              |
| Интернат с 7-11 лет Поздний ужин |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22186                          | Плюшка новомосковская                                                                   | 50                     | 3,90             | 2,90  | 25,60    | 146,00                              |
| КП22164                          | Чай с молоком и сахаром                                                                 | 200                    | 2,00             | 5,00  | 18,00    | 75,00                               |
| ИТОГО по приему: Поздний ужин    |                                                                                         | 28,00                  | 5,90             | 7,90  | 43,60    | 221,00                              |
|                                  |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
|                                  |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| ММС с 12 лет и старше Завтрак    |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22105                          | Каша "Дружба" молочная                                                                  | 200                    | 6,44             | 8,35  | 34,36    | 238,67                              |
| КП22099                          | Кофейный напиток с молоком (Цикорий)                                                    | 200                    | 2,40             | 2,30  | 10,20    | 69,00                               |
| КП22206                          | Бутерброд с сыром                                                                       | 62                     | 10,08            | 5,58  | 28,06    | 190,00                              |

|                                 |                   |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|-------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22153                         | Фрукты свеж.(шт.) | 100          | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 47,00  |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                   | <b>67,21</b> | 19,32 | 16,63 | 82,42 | 544,67 |
|                                 |                   |              |       |       |       |        |
|                                 |                   |              |       |       |       |        |

**ММС с 7-11 лет Завтрак**

|                                 |                                      |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22105                         | Каша "Дружба" молочная               | 150          | 4,83  | 6,26  | 25,77 | 179,00 |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком (Цикорий) | 200          | 2,40  | 2,30  | 10,20 | 69,00  |
| КП22206                         | Бутерброд с сыром                    | 62           | 10,08 | 5,58  | 28,06 | 190,00 |
| КП22153                         | Фрукты свеж.(шт.)                    | 100          | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 47,00  |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>70,43</b> | 17,71 | 14,54 | 73,83 | 485,00 |
|                                 |                                      |              |       |       |       |        |
|                                 |                                      |              |       |       |       |        |

**ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак**

|                                 |                                      |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22105                         | Каша "Дружба" молочная               | 200          | 6,44  | 8,35  | 34,36 | 238,67 |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком (Цикорий) | 200          | 2,40  | 2,30  | 10,20 | 69,00  |
| КП22206                         | Бутерброд с сыром                    | 62           | 10,08 | 5,58  | 28,06 | 190,00 |
| КП22153                         | Фрукты свеж.(шт.)                    | 100          | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 47,00  |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>67,21</b> | 19,32 | 16,63 | 82,42 | 544,67 |

**ОВЗ с 12 лет и старше Обед**

|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| КП22161                      | Салат из белокачанной капусты                                                           | 70           | 1,58  | 1,23  | 15,75  | 73,50  |
| КП22211                      | Уха с крупой                                                                            | 250          | 6,40  | 4,10  | 15,50  | 149,00 |
| СП22015                      | Запеканка картофельная с курицей В2                                                     | 160          | 15,29 | 17,06 | 17,95  | 288,00 |
| КП22007                      | Напиток яблочный                                                                        | 200          | 0,00  | 2,56  | 19,00  | 67,00  |
| ХП22ИГ1                      | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом        | 70           | 5,95  | 1,40  | 37,45  | 170,10 |
| ХП22ИГ2                      | Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и | 50           | 4,00  | 0,50  | 24,25  | 116,00 |
| СОЛЬЙОД                      | Соль йодированная                                                                       | 3            | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                                         | <b>77,54</b> | 33,21 | 26,85 | 129,90 | 863,60 |
|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |
|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |

**ОВЗ с 7-11 лет Завтрак**

|                                 |                                      |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22105                         | Каша "Дружба" молочная               | 150          | 4,83  | 6,26  | 25,77 | 179,00 |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком (Цикорий) | 200          | 2,40  | 2,30  | 10,20 | 69,00  |
| КП22206                         | Бутерброд с сыром                    | 62           | 10,08 | 5,58  | 28,06 | 190,00 |
| КП22153                         | Фрукты свеж.(шт.)                    | 100          | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 47,00  |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>70,43</b> | 17,71 | 14,54 | 73,83 | 485,00 |

**ОВЗ с 7-11 лет Обед**

|         |                               |    |      |      |      |       |
|---------|-------------------------------|----|------|------|------|-------|
| КП22161 | Салат из белокачанной капусты | 40 | 0,90 | 0,70 | 9,00 | 42,00 |
|---------|-------------------------------|----|------|------|------|-------|

|                              |                                                                                         |              |              |              |               |               |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| КП22210                      | Уха с крупой                                                                            | 230          | 6,00         | 4,10         | 13,90         | 119,00        |
| СП22015                      | Запеканка картофельная с курицей В2                                                     | 130          | 12,42        | 13,86        | 14,59         | 234,00        |
| КП22007                      | Напиток яблочный                                                                        | 200          | 0,00         | 2,56         | 19,00         | 67,00         |
| ХП22ИГ1                      | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом        | 65           | 5,53         | 1,30         | 34,78         | 157,95        |
| 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          |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                                         | <b>67,12</b> | <b>28,05</b> | <b>22,92</b> | <b>110,66</b> | <b>712,75</b> |
|                              |                                                                                         |              |              |              |               |               |
|                              |                                                                                         |              |              |              |               |               |

**СВО 12 лет и старше Завтрак**

|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22105                         | Каша "Дружба" молочная               | 200          | 6,44         | 8,35         | 34,36        | 238,67        |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком (Цикорий) | 200          | 2,40         | 2,30         | 10,20        | 69,00         |
| КП22206                         | Бутерброд с сыром                    | 62           | 10,08        | 5,58         | 28,06        | 190,00        |
| КП22153                         | Фрукты свеж.(шт.)                    | 100          | 0,40         | 0,40         | 9,80         | 47,00         |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>67,89</b> | <b>19,32</b> | <b>16,63</b> | <b>82,42</b> | <b>544,67</b> |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |

**Сотрудники Завтрак**

|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22105                         | Каша "Дружба" молочная               | 150          | 4,83         | 6,26         | 25,77        | 179,00        |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком (Цикорий) | 200          | 2,40         | 2,30         | 10,20        | 69,00         |
| КП22206                         | Бутерброд с сыром                    | 62           | 10,08        | 5,58         | 28,06        | 190,00        |
| КП22153                         | Фрукты свеж.(шт.)                    | 100          | 0,40         | 0,40         | 9,80         | 47,00         |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>67,21</b> | <b>17,71</b> | <b>14,54</b> | <b>73,83</b> | <b>485,00</b> |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |

**Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак**

|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22105                         | Каша "Дружба" молочная               | 200          | 6,44         | 8,35         | 34,36        | 238,67        |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком (Цикорий) | 200          | 2,40         | 2,30         | 10,20        | 69,00         |
| КП22206                         | Бутерброд с сыром                    | 62           | 10,08        | 5,58         | 28,06        | 190,00        |
| КП22153                         | Фрукты свеж.(шт.)                    | 100          | 0,40         | 0,40         | 9,80         | 47,00         |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>67,21</b> | <b>19,32</b> | <b>16,63</b> | <b>82,42</b> | <b>544,67</b> |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |

**Уч-ся с 7-11 лет Завтрак**

|         |                                      |     |       |      |       |        |
|---------|--------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| КП22105 | Каша "Дружба" молочная               | 150 | 4,83  | 6,26 | 25,77 | 179,00 |
| КП22099 | Кофейный напиток с молоком (Цикорий) | 200 | 2,40  | 2,30 | 10,20 | 69,00  |
| КП22206 | Бутерброд с сыром                    | 62  | 10,08 | 5,58 | 28,06 | 190,00 |
| КП22153 | Фрукты свеж.(шт.)                    | 100 | 0,40  | 0,40 | 9,80  | 47,00  |

|                          |                   |       |       |       |       |        |
|--------------------------|-------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| СОЛЬЙОД                  | Соль йодированная | 2     | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| ИТОГО по приему: Завтрак |                   | 70,43 | 17,71 | 14,54 | 73,83 | 485,00 |
|                          |                   |       |       |       |       |        |
|                          |                   |       |       |       |       |        |

|                          |                   |       |       |       |       |        |
|--------------------------|-------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| СОЛЬЙОД                  | Соль йодированная | 2     | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| ИТОГО по приему: Завтрак |                   | 70,43 | 17,71 | 14,54 | 73,83 | 485,00 |
|                          |                   |       |       |       |       |        |
|                          |                   |       |       |       |       |        |