

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Абдрахманова Р.И./



Р.И. Абдрахманова



МЕНЮ
на 30.01.2023 понедельник
МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Интернат с 7-11 лет Завтрак						
КП22068	Каша "Здоровье"(рис,гречка)	130	6,55	5,08	20,83	156,00
КП22089	Какао с молоком	200	0,40	2,30	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	12,20	9,63	52,78	360,00
Интернат с 7-11 лет Обед						
КП22101	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	8,00	6,10	33,20	219,00
КП22020	Плов из отварной говядины	150	11,46	11,58	28,92	265,80
КП22005	Компот из свежемороженых 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	28,11	20,42	103,46	773,60
Интернат с 7-11 лет Ужин						
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
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	13,04	10,91	83,76	491,55
Интернат с 7-11 лет Поздний ужин						
КП22207	Булочка домашняя	50	3,60	5,70	27,10	175,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ИТОГО по приему: Поздний ужин		28,00	5,60	10,70	45,10	250,00
ММС с 12 лет и старше Завтрак						
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	200	7,33	5,33	28,00	240,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00

КП22203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	13,94	16,93	59,03	555,00

ММС с 7-11 лет Завтрак

КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,50	4,00	21,00	180,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	12,11	15,60	52,03	495,00

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	200	7,33	5,33	28,00	240,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	13,94	16,93	59,03	555,00

ОВЗ с 12 лет и старше Обед

КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,55	6,53	19,69	152,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	180	4,46	7,32	39,33	242,10
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	6,00	6,10	123,00
КП22005	Компот из свежемороженых 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	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
ИТОГО по приему: Обед		84,45	24,76	23,59	120,01	883,10

ОВЗ с 7-11 лет Завтрак

КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,50	4,00	21,00	180,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	12,11	15,60	52,03	495,00

ОВЗ с 7-11 лет Обед

КП22032	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	3,73	6,00	14,00	160,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	150	3,72	6,10	32,77	201,75
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	6,00	6,10	123,00
КП22005	Компот из свежемороженых 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	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

ИТОГО по приему: Обед	72,54	22,02	20,96	91,54	763,85

СВО 12 лет и старше Завтрак

КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	200	7,33	5,33	28,00	240,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,94	13,94	16,93	59,03	555,00

Сотрудники Завтрак

КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,50	4,00	21,00	180,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	12,11	15,60	52,03	495,00

Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак

КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	200	7,33	5,33	28,00	240,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	13,94	16,93	59,03	555,00

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,50	4,00	21,00	180,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	12,11	15,60	52,03	495,00