

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Абдрахманова Р.И./



*Харунова Т.А.*

*Р.И. Абдрахманова*



**МЕНЮ**  
**на 08.11.2022 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 1-4 класс Завтрак      |                                                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22109                         | Каша рисовая молочная                                                                      | 130                    | 3,73             | 5,03  | 11,79    | 120,47                              |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком (Цикорий)                                                       | 200                    | 2,40             | 2,30  | 10,20    | 69,00                               |
| КП22205                         | Бутерброд с сыром                                                                          | 50                     | 8,13             | 4,50  | 22,63    | 153,00                              |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                                                                          | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак        |                                                                                            | 22,50                  | 14,26            | 11,83 | 44,62    | 342,47                              |
| Интернат 1-4 класс Обед         |                                                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22129                         | Уря с птицей                                                                               | 250/15                 | 10,84            | 6,84  | 18,84    | 181,00                              |
| ШКО0233                         | Картофель отварной                                                                         | 150                    | 2,00             | 0,40  | 20,30    | 82,00                               |
| КП22222                         | Тефтели из говядины с соусом томатным                                                      | 60/30                  | 6,20             | 7,00  | 6,10     | 123,00                              |
| КП22007                         | Напиток яблочный                                                                           | 200                    | 0,00             | 2,56  | 19,00    | 67,00                               |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной<br>хлебопекарной муки с витаминами и железом        | 50                     | 4,25             | 1,00  | 26,75    | 121,50                              |
| ХП22ИГ2                         | Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и<br>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                  | 26,49            | 18,20 | 110,39   | 667,30                              |
| Интернат 1-4 класс Ужин         |                                                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22173                         | Каша гречневая рассыпчатая                                                                 | 170                    | 6,01             | 4,99  | 27,09    | 175,67                              |
| КП22263                         | Фрикадельки из птицы с подливом овощным                                                    | 30/30                  | 12,10            | 7,90  | 10,30    | 164,00                              |
| КП22003                         | Чай с сахаром                                                                              | 200                    | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 27,00                               |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной<br>хлебопекарной муки с витаминами и железом        | 50                     | 4,25             | 1,00  | 26,75    | 121,50                              |
| ХП22ИГ2                         | Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и<br>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                  | 25,76            | 14,29 | 90,04    | 580,97                              |
| Интернат 1-4 класс Поздний ужин |                                                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22244                         | Печенье                                                                                    | 50                     | 1,66             | 0,84  | 15,00    | 68,75                               |
| КП22164                         | Чай с молоком и сахаром                                                                    | 200                    | 2,00             | 5,00  | 18,00    | 75,00                               |
| ИТОГО по приему: Поздний ужин   |                                                                                            | 28,00                  | 3,66             | 5,84  | 33,00    | 143,75                              |
| ММС 1-4 класс Завтрак           |                                                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22103                         | Каша пшеничная молочная                                                                    | 150/4                  | 5,60             | 6,00  | 27,40    | 181,00                              |
| КП22152                         | Сырники из творога с соусом молочным                                                       | 60/30                  | 11,00            | 10,90 | 14,90    | 196,00                              |

|                                 |                    |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22203                         | Бутерброд с маслом | 60           | 2,41  | 6,75  | 12,53 | 120,00 |
| КП22089                         | Какао с молоком    | 200          | 2,40  | 2,30  | 10,20 | 69,00  |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная  | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                    | <b>59,76</b> | 21,41 | 25,95 | 65,03 | 566,00 |
|                                 |                    |              |       |       |       |        |
|                                 |                    |              |       |       |       |        |

**ММС с 5-11 класс Завтрак**

|                                 |                                      |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22104                         | Каша пшеничная молочная              | 200/5        | 7,47  | 8,00  | 36,53 | 241,00 |
| КП22152                         | Сырники из творога с соусом молочным | 60/30        | 11,00 | 10,90 | 14,90 | 196,00 |
| КП22203                         | Бутерброд с маслом                   | 60           | 2,41  | 6,75  | 12,53 | 120,00 |
| КП22089                         | Какао с молоком                      | 200          | 2,40  | 2,30  | 10,20 | 69,00  |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>67,21</b> | 23,28 | 27,95 | 74,16 | 626,00 |
|                                 |                                      |              |       |       |       |        |
|                                 |                                      |              |       |       |       |        |

**ОВЗ с 1-4 класс Завтрак**

|                                 |                                      |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22103                         | Каша пшеничная молочная              | 150/4        | 5,60  | 6,00  | 27,40 | 181,00 |
| КП22152                         | Сырники из творога с соусом молочным | 60/30        | 11,00 | 10,90 | 14,90 | 196,00 |
| КП22203                         | Бутерброд с маслом                   | 60           | 2,41  | 6,75  | 12,53 | 120,00 |
| КП22089                         | Какао с молоком                      | 200          | 2,40  | 2,30  | 10,20 | 69,00  |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>59,76</b> | 21,41 | 25,95 | 65,03 | 566,00 |

**ОВЗ с 1-4 класс Обед**

|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| КП22154                      | Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)                                 | 60           | 1,22  | 1,20  | 13,50  | 72,00  |
| КП22050                      | Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной                                           | 200/5        | 2,00  | 5,40  | 11,10  | 100,00 |
| КП22225                      | Картофель тушеный с куриным филе                                                        | 140          | 7,56  | 10,08 | 15,68  | 131,60 |
| 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  | 34,77  | 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> | 19,50 | 20,94 | 113,46 | 621,35 |
|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |
|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |

**ОВЗ с 5-11 класс Завтрак**

|                                 |                                      |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22104                         | Каша пшеничная молочная              | 200/5        | 7,47  | 8,00  | 36,53 | 241,00 |
| КП22152                         | Сырники из творога с соусом молочным | 60/30        | 11,00 | 10,90 | 14,90 | 196,00 |
| КП22203                         | Бутерброд с маслом                   | 60           | 2,41  | 6,75  | 12,53 | 120,00 |
| КП22089                         | Какао с молоком                      | 200          | 2,40  | 2,30  | 10,20 | 69,00  |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>67,21</b> | 23,28 | 27,95 | 74,16 | 626,00 |

**ОВЗ с 5-11 класс Обед**

|                              |                                                                                         |              |              |              |               |               |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| КП22154                      | Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)                                 | 70           | 1,42         | 1,40         | 15,75         | 84,00         |
| КП22051                      | Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной                                           | 250/5        | 2,50         | 6,50         | 14,00         | 114,00        |
| КП22225                      | Картофель тушеный с куриным филе                                                        | 160          | 8,64         | 11,52        | 17,92         | 150,40        |
| 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        |
| СОЛЬИОД                      | Соль йодированная                                                                       | 3            | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                                         | <b>77,54</b> | <b>22,51</b> | <b>23,88</b> | <b>128,37</b> | <b>701,50</b> |
|                              |                                                                                         |              |              |              |               |               |
|                              |                                                                                         |              |              |              |               |               |

**Сотрудники Завтрак**

|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22103                         | Каша пшеничная молочная              | 150/4        | 5,60         | 6,00         | 27,40        | 181,00        |
| КП22152                         | Сырники из творога с соусом молочным | 60/30        | 11,00        | 10,90        | 14,90        | 196,00        |
| КП22203                         | Бутерброд с маслом                   | 60           | 2,41         | 6,75         | 12,53        | 120,00        |
| КП22089                         | Какао с молоком                      | 200          | 2,40         | 2,30         | 10,20        | 69,00         |
| СОЛЬИОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>67,21</b> | <b>21,41</b> | <b>25,95</b> | <b>65,03</b> | <b>566,00</b> |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |

**Учащиеся 1-4 классы Завтрак**

|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22103                         | Каша пшеничная молочная              | 150/4        | 5,60         | 6,00         | 27,40        | 181,00        |
| КП22152                         | Сырники из творога с соусом молочным | 60/30        | 11,00        | 10,90        | 14,90        | 196,00        |
| КП22203                         | Бутерброд с маслом                   | 60           | 2,41         | 6,75         | 12,53        | 120,00        |
| КП22089                         | Какао с молоком                      | 200          | 2,40         | 2,30         | 10,20        | 69,00         |
| СОЛЬИОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>59,76</b> | <b>21,41</b> | <b>25,95</b> | <b>65,03</b> | <b>566,00</b> |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |

**Учащиеся 5-11 классы Завтрак**

|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22104                         | Каша пшеничная молочная              | 200/5        | 7,47         | 8,00         | 36,53        | 241,00        |
| КП22152                         | Сырники из творога с соусом молочным | 60/30        | 11,00        | 10,90        | 14,90        | 196,00        |
| КП22203                         | Бутерброд с маслом                   | 60           | 2,41         | 6,75         | 12,53        | 120,00        |
| КП22089                         | Какао с молоком                      | 200          | 2,40         | 2,30         | 10,20        | 69,00         |
| СОЛЬИОД                         | Соль йодированная                    | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                      | <b>67,21</b> | <b>23,28</b> | <b>27,95</b> | <b>74,16</b> | <b>626,00</b> |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |
|                                 |                                      |              |              |              |              |               |