

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Набиуллин Р.Р./



**МЕНЮ**  
**на 14.03.2023 вторник**  
**СОШ с.Ломовка**

| Код<br>блюда                      | Наименование                                                        | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическ<br>ая ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|--------------------------------------|
|                                   |                                                                     |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                      |
| Дети ДИ с 12 лет и старше Завтрак |                                                                     |                        |                  |       |          |                                      |
| КП22110                           | Каша рисовая молочная                                               | 220                    | 6,30             | 8,50  | 19,94    | 203,50                               |
| КП22163                           | Омлет натуральный                                                   | 80                     | 6,26             | 5,99  | 10,58    | 153,78                               |
| КП22099                           | Кофейный напиток с молоком                                          | 200                    | 2,40             | 3,30  | 10,20    | 69,00                                |
| 0000065                           | Хлеб пшеничный для детского питания с<br>витаминами и железом       | 50                     | 4,00             | 0,60  | 23,20    | 116,00                               |
| ИТОГО по приему: Завтрак          |                                                                     | 73,20                  | 18,96            | 18,39 | 63,92    | 542,28                               |
| Дети ДИ с 12 лет и старше Обед    |                                                                     |                        |                  |       |          |                                      |
| КП22153                           | Фрукты свеж.(шт.)                                                   | 100                    | 0,40             | 0,40  | 9,80     | 47,00                                |
| КП22101                           | Суп картофельный с бобовыми и гренками                              | 250                    | 7,50             | 4,33  | 41,67    | 250,00                               |
| КП22352                           | Жаркое по-домашнему из куриного филе                                | 180                    | 12,00            | 14,00 | 19,50    | 176,40                               |
| КП22007                           | Напиток яблочный                                                    | 200                    | 0,00             | 0,00  | 17,60    | 67,00                                |
| 0000065                           | Хлеб пшеничный для детского питания с<br>витаминами и железом       | 45                     | 3,60             | 0,54  | 20,88    | 104,40                               |
| ШК00129                           | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с<br>витаминами и железом | 40                     | 3,24             | 5,60  | 17,05    | 94,67                                |
| ИТОГО по приему: Обед             |                                                                     | 84,45                  | 26,74            | 24,87 | 126,51   | 739,47                               |
|                                   |                                                                     |                        |                  |       |          |                                      |
|                                   |                                                                     |                        |                  |       |          |                                      |
| Дети ДИ с 7-11 лет Завтрак        |                                                                     |                        |                  |       |          |                                      |
| КП22110                           | Каша рисовая молочная                                               | 200                    | 5,73             | 7,73  | 18,13    | 185,00                               |
| КП22163                           | Омлет натуральный                                                   | 60                     | 4,69             | 4,49  | 7,93     | 115,33                               |
| КП22099                           | Кофейный напиток с молоком                                          | 200                    | 2,40             | 3,30  | 10,20    | 69,00                                |
| 0000065                           | Хлеб пшеничный для детского питания с<br>витаминами и железом       | 40                     | 3,20             | 0,48  | 18,56    | 92,80                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак          |                                                                     | 0,00                   | 16,02            | 16,00 | 54,82    | 462,13                               |
| Дети ДИ с 7-11 лет Обед           |                                                                     |                        |                  |       |          |                                      |
| КП22153                           | Фрукты свеж.(шт.)                                                   | 100                    | 0,40             | 0,40  | 9,80     | 47,00                                |
| КП22264                           | Суп картофельный с бобовыми и гренками                              | 230                    | 5,90             | 8,00  | 18,00    | 195,00                               |
| КП22352                           | Жаркое по-домашнему из куриного филе                                | 150                    | 10,00            | 11,67 | 16,25    | 147,00                               |
| КП22007                           | Напиток яблочный                                                    | 200                    | 0,00             | 0,00  | 17,60    | 67,00                                |
| 0000065                           | Хлеб пшеничный для детского питания с<br>витаминами и железом       | 35                     | 2,80             | 0,42  | 16,24    | 81,20                                |
| ШК00129                           | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с<br>витаминами и железом | 30                     | 2,43             | 4,20  | 12,79    | 71,00                                |
| ИТОГО по приему: Обед             |                                                                     | 0,00                   | 21,53            | 24,69 | 90,68    | 608,20                               |
|                                   |                                                                     |                        |                  |       |          |                                      |
|                                   |                                                                     |                        |                  |       |          |                                      |

**ММС с 12 лет и старше Завтрак**

|                                 |                                                            |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22110                         | Каша рисовая молочная                                      | 220          | 6,30         | 8,50         | 19,9         |               |
| КП22163                         | Омлет натуральный                                          | 80           | 6,26         | 5,99         | 10,58        |               |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком                                 | 200          | 2,40         | 3,30         | 10,20        |               |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 4,00         | 0,60         | 23,20        | 116,0         |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>73,20</b> | <b>18,96</b> | <b>18,39</b> | <b>63,92</b> | <b>542,28</b> |

**ММС с 12 лет и старше 2Обед 2 смена**

|                                       |                                                                  |              |              |              |               |               |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| КП22153                               | Фрукты свеж.(шт.)                                                | 100          | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 47,00         |
| КП22101                               | Суп картофельный с бобовыми и гречками                           | 250          | 7,50         | 4,33         | 41,67         | 250,00        |
| КП22352                               | Жаркое по-домашнему из куриного филе                             | 180          | 12,00        | 14,00        | 19,50         | 176,40        |
| КП22007                               | Напиток яблочный                                                 | 200          | 0,00         | 0,00         | 17,60         | 67,00         |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 45           | 3,60         | 0,54         | 20,88         | 104,40        |
| ШК00129                               | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40           | 3,24         | 5,60         | 17,05         | 94,67         |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                                                  | <b>84,45</b> | <b>26,74</b> | <b>24,87</b> | <b>126,51</b> | <b>739,47</b> |
|                                       |                                                                  |              |              |              |               |               |
|                                       |                                                                  |              |              |              |               |               |

**ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак**

|                                 |                                                            |             |              |              |              |               |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22110                         | Каша рисовая молочная                                      | 220         | 6,30         | 8,50         | 19,94        | 203,50        |
| КП22163                         | Омлет натуральный                                          | 80          | 6,26         | 5,99         | 10,58        | 153,78        |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком                                 | 200         | 2,40         | 3,30         | 10,20        | 69,00         |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50          | 4,00         | 0,60         | 23,20        | 116,00        |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>0,00</b> | <b>18,96</b> | <b>18,39</b> | <b>63,92</b> | <b>542,28</b> |

**ОВЗ с 12 лет и старше Обед**

|                              |                                                                  |             |              |              |               |               |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| КП22153                      | Фрукты свеж.(шт.)                                                | 100         | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 47,00         |
| КП22101                      | Суп картофельный с бобовыми и гречками                           | 250         | 7,50         | 4,33         | 41,67         | 250,00        |
| КП22352                      | Жаркое по-домашнему из куриного филе                             | 180         | 12,00        | 14,00        | 19,50         | 176,40        |
| КП22007                      | Напиток яблочный                                                 | 200         | 0,00         | 0,00         | 17,60         | 67,00         |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 45          | 3,60         | 0,54         | 20,88         | 104,40        |
| ШК00129                      | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40          | 3,24         | 5,60         | 17,05         | 94,67         |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                  | <b>0,00</b> | <b>26,74</b> | <b>24,87</b> | <b>126,51</b> | <b>739,47</b> |
|                              |                                                                  |             |              |              |               |               |
|                              |                                                                  |             |              |              |               |               |

**ОВЗ с 7-11 лет Завтрак**

|                                 |                                                            |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22110                         | Каша рисовая молочная                                      | 200          | 5,73         | 7,73         | 18,13        | 185,00        |
| КП22163                         | Омлет натуральный                                          | 60           | 4,69         | 4,49         | 7,93         | 115,33        |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком                                 | 200          | 2,40         | 3,30         | 10,20        | 69,00         |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40           | 3,20         | 0,48         | 18,56        | 92,80         |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>64,44</b> | <b>16,02</b> | <b>16,00</b> | <b>54,82</b> | <b>462,13</b> |

**ОВЗ с 7-11 лет Обед**

|         |                   |     |      |      |      |       |
|---------|-------------------|-----|------|------|------|-------|
| КП22153 | Фрукты свеж.(шт.) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
|---------|-------------------|-----|------|------|------|-------|

|                              |                                                                  |              |       |       |       |        |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
|                              | картофельный с бобовыми и гречками                               | 230          | 5,90  | 8,00  | 18,00 | 195,00 |
|                              | Жаркое по-домашнему из куриного филе                             | 150          | 10,00 | 11,67 | 16,25 | 147,00 |
| 007                          | Напиток яблочный                                                 | 200          | 0,00  | 0,00  | 17,60 | 67,00  |
| 000065                       | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 35           | 2,80  | 0,42  | 16,24 | 81,20  |
| ШК00129                      | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 30           | 2,43  | 4,20  | 12,79 | 71,00  |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                  | <b>72,54</b> | 21,53 | 24,69 | 90,68 | 608,20 |
|                              |                                                                  |              |       |       |       |        |
|                              |                                                                  |              |       |       |       |        |

**Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак**

|                                 |                                                            |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22110                         | Каша рисовая молочная                                      | 220          | 6,30  | 8,50  | 19,94 | 203,50 |
| КП22163                         | Омлет натуральный                                          | 80           | 6,26  | 5,99  | 10,58 | 153,78 |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком                                 | 200          | 2,40  | 3,30  | 10,20 | 69,00  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 4,00  | 0,60  | 23,20 | 116,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>73,20</b> | 18,96 | 18,39 | 63,92 | 542,28 |

**Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена**

|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| КП22153                               | Фрукты свеж.(шт.)                                                | 100          | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00  |
| КП22101                               | Суп картофельный с бобовыми и гречками                           | 250          | 7,50  | 4,33  | 41,67  | 250,00 |
| КП22352                               | Жаркое по-домашнему из куриного филе                             | 180          | 12,00 | 14,00 | 19,50  | 176,40 |
| КП22007                               | Напиток яблочный                                                 | 200          | 0,00  | 0,00  | 17,60  | 67,00  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 45           | 3,60  | 0,54  | 20,88  | 104,40 |
| ШК00129                               | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40           | 3,24  | 5,60  | 17,05  | 94,67  |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                                                  | <b>84,45</b> | 26,74 | 24,87 | 126,51 | 739,47 |
|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |
|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |

**Уч-ся с 7-11 лет Завтрак**

|                                 |                                                            |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22110                         | Каша рисовая молочная                                      | 200          | 5,73  | 7,73  | 18,13 | 185,00 |
| КП22163                         | Омлет натуральный                                          | 60           | 4,69  | 4,49  | 7,93  | 115,33 |
| КП22099                         | Кофейный напиток с молоком                                 | 200          | 2,40  | 3,30  | 10,20 | 69,00  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40           | 3,20  | 0,48  | 18,56 | 92,80  |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>64,44</b> | 16,02 | 16,00 | 54,82 | 462,13 |

**Уч-ся с 7-11 лет 2Обед 2 смена**

|                                       |                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22153                               | Фрукты свеж.(шт.)                                                | 100          | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 47,00  |
| КП22264                               | Суп картофельный с бобовыми и гречками                           | 230          | 5,90  | 8,00  | 18,00 | 195,00 |
| КП22352                               | Жаркое по-домашнему из куриного филе                             | 150          | 10,00 | 11,67 | 16,25 | 147,00 |
| КП22007                               | Напиток яблочный                                                 | 200          | 0,00  | 0,00  | 17,60 | 67,00  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 35           | 2,80  | 0,42  | 16,24 | 81,20  |
| ШК00129                               | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 30           | 2,43  | 4,20  | 12,79 | 71,00  |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                                                  | <b>72,54</b> | 21,53 | 24,69 | 90,68 | 608,20 |
|                                       |                                                                  |              |       |       |       |        |
|                                       |                                                                  |              |       |       |       |        |