

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Абдрахманова Р.И./



**МЕНЮ**  
**на 18.11.2022 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 1-4 класс Завтрак      |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22124                         | Каша манная молочная                                                                    | 130                    | 3,29             | 5,11  | 15,25    | 119,60                              |
| КП22164                         | Чай с молоком и сахаром                                                                 | 200                    | 2,00             | 5,00  | 18,00    | 75,00                               |
| КП22202                         | Бутерброд с маслом                                                                      | 50                     | 2,41             | 6,75  | 12,53    | 120,00                              |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                                                                       | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак        |                                                                                         | 22,50                  | 7,70             | 16,86 | 45,78    | 314,60                              |
| Интернат 1-4 класс Обед         |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22232                         | Суп картофельный с вермишелью                                                           | 250                    | 1,66             | 41,66 | 46,66    | 331,25                              |
| КП22176                         | Картофельное пюре                                                                       | 150                    | 0,50             | 2,50  | 20,13    | 118,75                              |
| КП22177                         | Котлеты куриные с подливом овощным                                                      | 60/30                  | 12,01            | 8,18  | 9,85     | 161,00                              |
| 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                               |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                                                                       | 3                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Обед           |                                                                                         | 52,50                  | 21,62            | 56,30 | 141,79   | 892,30                              |
| Интернат 1-4 класс Ужин         |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22242                         | Каша гречневая с тушеным мясом "Солдатская"                                             | 200/50                 | 8,50             | 6,77  | 38,42    | 248,80                              |
| 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                               |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                                                                       | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Ужин           |                                                                                         | 47,00                  | 16,15            | 8,17  | 91,07    | 490,10                              |
| 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           |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22167                         | Макароны отварные с маслом                                                              | 160                    | 3,97             | 5,04  | 34,96    | 215,20                              |
| КП22222                         | Тефтели из говядины с соусом томатным                                                   | 60/30                  | 6,20             | 7,00  | 6,10     | 123,00                              |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                                 | 200                    | 0,26             | 0,05  | 0,25     | 4,00                                |



|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 4,25  | 1,00  | 26,75 | 121,50 |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                                                                | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>59,76</b> | 14,68 | 13,09 | 68,06 | 463,70 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |

**ММС с 5-11 класс Завтрак**

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22167                         | Макароны отварные с маслом                                                       | 200          | 4,96  | 6,30  | 43,70 | 269,00 |
| КП22230                         | Тефтели из говядины с соусом томатным                                            | 60/40        | 8,30  | 6,90  | 6,00  | 130,00 |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26  | 0,05  | 0,25  | 4,00   |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 4,25  | 1,00  | 26,75 | 121,50 |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                                                                | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>67,21</b> | 17,77 | 14,25 | 76,70 | 524,50 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |

**ОВЗ с 1-4 класс Завтрак**

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22167                         | Макароны отварные с маслом                                                       | 160          | 3,97  | 5,04  | 34,96 | 215,20 |
| КП22222                         | Тефтели из говядины с соусом томатным                                            | 60/30        | 6,20  | 7,00  | 6,10  | 123,00 |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26  | 0,05  | 0,25  | 4,00   |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 4,25  | 1,00  | 26,75 | 121,50 |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                                                                | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>59,76</b> | 14,68 | 13,09 | 68,06 | 463,70 |

**ОВЗ с 1-4 класс Обед**

|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| КП22215                      | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной                                           | 230/5        | 1,60  | 5,20  | 8,10   | 84,00  |
| КП22173                      | Каша гречневая рассыпчатая                                                              | 120          | 4,24  | 3,52  | 19,12  | 124,00 |
| КП22178                      | Котлеты куриные с подливом овощным                                                      | 60/40        | 13,00 | 8,70  | 10,20  | 161,00 |
| КП22169                      | Кисель фруктовый                                                                        | 200          | 0,00  | 0,00  | 20,00  | 76,00  |
| 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  |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                                                                       | 3            | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                                         | <b>67,12</b> | 27,57 | 19,12 | 111,59 | 695,75 |
|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |
|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |

**ОВЗ с 5-11 класс Завтрак**

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22167                         | Макароны отварные с маслом                                                       | 200          | 4,96  | 6,30  | 43,70 | 269,00 |
| КП22230                         | Тефтели из говядины с соусом томатным                                            | 60/40        | 8,30  | 6,90  | 6,00  | 130,00 |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26  | 0,05  | 0,25  | 4,00   |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 4,25  | 1,00  | 26,75 | 121,50 |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                                                                | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>67,21</b> | 17,77 | 14,25 | 76,70 | 524,50 |

**ОВЗ с 5-11 класс Обед**

|         |                                               |       |      |      |      |        |
|---------|-----------------------------------------------|-------|------|------|------|--------|
| КП22039 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/5 | 1,80 | 6,20 | 9,00 | 100,00 |
|---------|-----------------------------------------------|-------|------|------|------|--------|

|                              |                                                                                         |              |              |              |               |               |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| КП22173                      | Каша гречневая рассыпчатая                                                              | 130          | 4,59         | 3,81         | 20,71         | 134,33        |
| КП22178                      | Котлеты куриные с подливом овощным                                                      | 60/40        | 13,00        | 8,70         | 10,20         | 161,00        |
| КП22169                      | Кисель фруктовый                                                                        | 200          | 0,00         | 0,00         | 20,00         | 76,00         |
| 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        |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                                                                       | 3            | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                                         | <b>77,54</b> | <b>29,34</b> | <b>20,61</b> | <b>121,61</b> | <b>757,43</b> |
|                              |                                                                                         |              |              |              |               |               |
|                              |                                                                                         |              |              |              |               |               |

#### Сотрудники Завтрак

|                                 |                                                                                  |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22167                         | Макароны отварные с маслом                                                       | 160          | 3,97         | 5,04         | 34,96        | 215,20        |
| КП22222                         | Тефтели из говядины с соусом томатным                                            | 60/30        | 6,20         | 7,00         | 6,10         | 123,00        |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26         | 0,05         | 0,25         | 4,00          |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 4,25         | 1,00         | 26,75        | 121,50        |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                                                                | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>67,21</b> | <b>14,68</b> | <b>13,09</b> | <b>68,06</b> | <b>463,70</b> |
|                                 |                                                                                  |              |              |              |              |               |
|                                 |                                                                                  |              |              |              |              |               |

#### Учащиеся 1-4 классы Завтрак

|                                 |                                                                                  |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22167                         | Макароны отварные с маслом                                                       | 160          | 3,97         | 5,04         | 34,96        | 215,20        |
| КП22222                         | Тефтели из говядины с соусом томатным                                            | 60/30        | 6,20         | 7,00         | 6,10         | 123,00        |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26         | 0,05         | 0,25         | 4,00          |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 4,25         | 1,00         | 26,75        | 121,50        |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                                                                | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>59,76</b> | <b>14,68</b> | <b>13,09</b> | <b>68,06</b> | <b>463,70</b> |
|                                 |                                                                                  |              |              |              |              |               |
|                                 |                                                                                  |              |              |              |              |               |

#### Учащиеся 5-11 классы Завтрак

|                                 |                                                                                  |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22167                         | Макароны отварные с маслом                                                       | 200          | 4,96         | 6,30         | 43,70        | 269,00        |
| КП22230                         | Тефтели из говядины с соусом томатным                                            | 60/40        | 8,30         | 6,90         | 6,00         | 130,00        |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26         | 0,05         | 0,25         | 4,00          |
| ХП22ИГ1                         | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом | 50           | 4,25         | 1,00         | 26,75        | 121,50        |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная                                                                | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>67,21</b> | <b>17,77</b> | <b>14,25</b> | <b>76,70</b> | <b>524,50</b> |
|                                 |                                                                                  |              |              |              |              |               |
|                                 |                                                                                  |              |              |              |              |               |