

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Абдрахманова Р.И./



МЕНЮ
на 07.12.2022 среда
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						
КП22121	Каша кукурузная молочная	130	4,91	4,39	24,11	140,40
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
СОЛЬЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		22,50	11,56	7,69	61,06	330,90
Интернат с 7-11 лет Обед						
КП22156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	2,83	4,00	18,67	120,00
КП22119	Пюре гороховое	150	3,08	1,79	28,02	137,42
КП22016	Мясная подлива	50	0,67	2,17	3,33	35,00
КП22005	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
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	15,83	9,45	99,36	567,72
Интернат с 7-11 лет Ужин						
КП22148	Каша рисовая с тушеным мясом "Богатырская"	200	4,92	6,59	33,83	214,00
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
СОЛЬЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Ужин		47,00	12,57	7,99	86,48	455,30
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						
КП22252	Жаркое по-домашнему	200	31,84	7,04	22,48	216,80
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

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		67,21	34,85	14,19	51,31	410,80

ММС с 7-11 лет Завтрак

КП22252	Жаркое по-домашнему	150	23,88	5,28	16,86	162,60
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
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	26,89	12,43	45,69	356,60

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

КП22252	Жаркое по-домашнему	200	31,84	7,04	22,48	216,80
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
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		67,21	34,85	14,19	51,31	410,80

ОВЗ с 12 лет и старше Обед

КП22156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	2,83	4,00	18,67	120,00
КП22113	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160	5,19	3,93	32,75	212,27
КП22127	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70	9,57	4,20	1,87	84,00
КП22002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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
ИТОГО по приему: Обед		77,54	27,84	14,13	125,28	745,37

ОВЗ с 7-11 лет Завтрак

КП22252	Жаркое по-домашнему	150	23,88	5,28	16,86	162,60
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
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	26,89	12,43	45,69	356,60

ОВЗ с 7-11 лет Обед

КП22156	Суп картофельный с лапшой домашней	230	2,61	3,68	17,17	110,40
---------	------------------------------------	-----	------	------	-------	--------

КП22113	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130	4,22	3,19	26,61	172,47
КП22127	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70	9,57	4,20	1,87	84,00
КП22002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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
ИТОГО по приему: Обед		67,12	25,42	12,87	110,12	660,62

СВО 12 лет и старше Завтрак

КП22252	Жаркое по-домашнему	200	31,84	7,04	22,48	216,80
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
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		67,89	34,85	14,19	51,31	410,80

Сотрудники Завтрак

КП22252	Жаркое по-домашнему	150	23,88	5,28	16,86	162,60
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
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		67,21	26,89	12,43	45,69	356,60

Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак

КП22252	Жаркое по-домашнему	200	31,84	7,04	22,48	216,80
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
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		67,21	34,85	14,19	51,31	410,80

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

КП22252	Жаркое по-домашнему	150	23,88	5,28	16,86	162,60
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
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00

СОЛЬИОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		70,43	26,89	12,43	45,69	356,60