



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Багаутдинов Саи



МЕНЮ

на 21.01.2026 среда
МАОУ Чувашская гимназия

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	

1Вариат/меню

Завтрак вариативный

ДН00045	Запеканка из творога со сгущённой	150,00	15,67	18,98	35,00	340,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДП00055	Хлеб пшеничный витаминизированный	70,00	7,00	0,70	39,70	191,0
ДП**003	Яблоки	140,00	0,28	0,00	19,32	95,0
ИТОГО по: Завтрак вариативный		91,28	23,05	19,71	103,12	661,0

Стоимость питания за день по категории 91,28

2Вариат/меню

Завтрак вариативный

ДВ00046	Запеканка из творога с повидлом	150,00	13,72	18,40	16,62	254,0
СУ13/03	Чай с сахаром и молоком	200,00	0,60	1,10	11,30	59,0
ДП000*5	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	2,00	0,60	38,00	156,0
ДП00340	Яблоки	100,00	0,30	0,40	13,80	68,0
ИТОГО по: Завтрак вариативный		91,28	16,62	20,50	79,72	537,0

Стоимость питания за день по категории 91,28

3Вариат/меню

Завтрак вариативный

ДВ0*03к	Сырники из творога с повидлом	100,00	11,17	16,84	16,62	267,0
СУ07012	Каша ячневая молочная вязкая	205,00	12,65	8,50	36,70	245,0
ДП**334	Чай витаминизированный	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДВ000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	45,00	4,50	0,45	25,20	125,0
ИТОГО по: Завтрак вариативный		91,28	28,42	25,82	87,62	672,0

Стоимость питания за день по категории 91,28

Дети 7-11лет

Завтрак 1

ДН00045	Запеканка из творога со сгущённой	150,00	15,67	18,98	35,00	340,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
ДН00340	Яблоки	110,00	0,22	0,00	14,62	97,0
ИТОГО по: Завтрак 1		76,96	19,19	19,41	77,52	576,0

Стоимость питания за день по категории 76,96

ММС 12-17л

Завтрак 1

ДН00045	Запеканка из творога со сгущённой	150,00	15,67	18,98	35,00	340,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДП00055	Хлеб пшеничный витаминизированный	70,00	7,00	0,70	39,70	191,0
ДП**003	Яблоки	140,00	0,28	0,00	19,32	95,0

ИТОГО по: Завтрак 1	84,47	23,05	19,71	103,12	661,0
Стоимость питания за день по категории	84,47				

ММС 7-11л

Завтрак 1

ДН00045	Запеканка из творога со сгущённой	150,00	15,67	18,98	35,00	340,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
ДН00340	Яблоки	110,00	0,22	0,00	14,62	97,0
ИТОГО по: Завтрак 1		76,96	19,19	19,41	77,52	576,0

Стоимость питания за день по категории 76,96

ММС СВО (1-4)

Завтрак 1

ДН00045	Запеканка из творога со сгущённой	150,00	15,67	18,98	35,00	340,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
ДН00340	Яблоки	110,00	0,22	0,00	14,62	97,0
ИТОГО по: Завтрак 1		76,96	19,19	19,41	77,52	576,0

Обед

Шс020**	Свекольник со сметаной	255,00	1,96	2,42	24,72	132,0
ДП*0194	Плов из курицы(филе курицы)	180,00	15,10	18,40	23,40	324,0
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,20	0,10	17,20	68,0
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	6,53	6,33	22,30	122,0
ИТОГО по: Обед		86,07	26,99	27,65	106,42	750,0

Стоимость питания за день по категории 163,03

ММС СВО 5-11

Завтрак 1

ДН00045	Запеканка из творога со сгущённой	150,00	15,67	18,98	35,00	340,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДП00055	Хлеб пшеничный витаминизированный	70,00	7,00	0,70	39,70	191,0
ДП**003	Яблоки	140,00	0,28	0,00	19,32	95,0
ИТОГО по: Завтрак 1		84,47	23,05	19,71	103,12	661,0

Обед

Шс020**	Свекольник со сметаной	255,00	1,96	2,42	24,72	132,0
ДЗ*0194	Плов из курицы(филе курицы)	200,00	12,90	17,68	38,56	419,0
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,20	0,10	17,20	68,0
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	6,53	6,33	22,30	122,0
ИТОГО по: Обед		92,64	24,79	26,93	121,58	845,0

Стоимость питания за день по категории 177,11

ОВЗ+ИНВ 12-17л

Завтрак 1

ДН00045	Запеканка из творога со сгущённой	150,00	15,67	18,98	35,00	340,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДП00055	Хлеб пшеничный витаминизированный	70,00	7,00	0,70	39,70	191,0
ДП**003	Яблоки	140,00	0,28	0,00	19,32	95,0
ИТОГО по: Завтрак 1		84,47	23,05	19,71	103,12	661,0

Обед

Шс020**	Свекольник со сметаной	255,00	1,96	2,42	24,72	132,0
ДЗ*0194	Плов из курицы(филе курицы)	200,00	12,90	17,68	38,56	419,0
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,20	0,10	17,20	68,0

ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	6,53	6,33	22,30	122,0
ИТОГО по: Обед		92,64	24,79	26,93	121,58	845,0
Стоимость питания за день по категории		177,11				

ОВЗ+ИНВ 7-11л

Завтрак 1

ДН00045	Запеканка из творога со сгущённой	150,00	15,67	18,98	35,00	340,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
ДН00340	Яблоки	110,00	0,22	0,00	14,62	97,0
ИТОГО по: Завтрак 1		76,96	19,19	19,41	77,52	576,0

Обед

Шс020**	Свекольник со сметаной	255,00	1,96	2,42	24,72	132,0
ДП*0194	Плов из курицы(Филе курицы)	180,00	15,10	18,40	23,40	324,0
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,20	0,10	17,20	68,0
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	6,53	6,33	22,30	122,0
ИТОГО по: Обед		83,52	26,99	27,65	106,42	750,0
Стоимость питания за день по категории		160,48				

род 12-17 лет

Завтрак 1

ДН00045	Запеканка из творога со сгущённой	150,00	15,67	18,98	35,00	340,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДП00055	Хлеб пшеничный витаминизированный	70,00	7,00	0,70	39,70	191,0
ДП**003	Яблоки	140,00	0,28	0,00	19,32	95,0
ИТОГО по: Завтрак 1		91,28	23,05	19,71	103,12	661,0
Стоимость питания за день по категории		91,28				

Шеф-повар

Калькулятор

Технолог

