

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения
И. Каруцкова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Р. Ахмет

/Абдрахманова Р.И./



МЕНЮ
на 15.12.2022 четверг
МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Интернат с 7-11 лет Завтрак						
КП22103	Каша пшеничная молочная	130	4,85	5,20	23,75	156,87
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
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		22,50	11,50	8,50	60,70	347,37
Интернат с 7-11 лет Обед						
КП22047	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	11,25	12,38	28,75	216,25
КП22148	Каша рисовая с тушеным мясом "Богатырская"	150	3,69	4,94	25,37	160,50
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	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
СОЛЬИОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Обед		52,50	22,69	18,82	110,57	634,05
Интернат с 7-11 лет Ужин						
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
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
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Ужин		47,00	39,49	8,44	75,13	458,10
Интернат с 7-11 лет Поздний ужин						
КП22249	Булочка с посыпкой	50	3,70	3,80	23,90	145,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ИТОГО по приему: Поздний ужин		28,00	5,70	8,80	41,90	220,00
ММС с 12 лет и старше Завтрак						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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		67,21	28,81	28,80	87,52	623,17

ММС с 7-11 лет Завтрак

КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4,25	1,00	26,75	121,50
КП22246	Йогурт	100	4,10	4,20	10,00	96,00
СОЛЬЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		70,43	27,78	27,80	92,45	642,50

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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		67,21	28,81	28,80	87,52	623,17

ОВЗ с 12 лет и старше Обед

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	50	1,00	2,63	4,00	47,50
КП22190	Суп с пшенной крупой	250	5,00	4,00	31,00	178,33
КП22234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	100	12,20	8,70	11,00	173,00
КП22176	Картофельное пюре	110	0,37	1,83	14,76	87,08
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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	29,52	19,11	149,96	882,02

ОВЗ с 7-11 лет Завтрак

КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4,25	1,00	26,75	121,50
КП22246	Йогурт	100	4,10	4,20	10,00	96,00
СОЛЬЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00

ИТОГО по приему: Завтрак		70,43	27,78	27,80	92,45	642,50
ОВЗ с 7-11 лет Обед						
КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	50	1,00	2,63	4,00	47,50
КП22190	Суп с пшенной крупой	230	4,60	3,68	28,52	164,07
КП22234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	100	12,20	8,70	11,00	173,00
КП22176	Картофельное пюре	110	0,37	1,83	14,76	87,08
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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
СОЛЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Обед		67,12	27,89	18,59	139,95	832,40

СВО 12 лет и старше Завтрак						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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
ИТОГО по приему: Завтрак		67,89	28,81	28,80	87,52	623,17

Сотрудники Завтрак						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	23,68	23,60	82,45	546,50

Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	28,81	28,80	87,52	623,17

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00

КП22155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4,25	1,00	26,75	121,50
КП22246	Йогурт	100	4,10	4,20	10,00	96,00
СОЛЬЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		70,43	27,78	27,80	92,45	642,50