

Руководитель образовательного учреждения

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ

на 07.10.2022 пятница

МОБУ ООШ с.Мещегарово



| Код<br>блюда             | Наименование                          | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-------------------------------------|
|                          |                                       |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                     |
| 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                                |
| 0000065                  | Хлеб пшеничный (1 сорт)               | 50                     | 4,00             | 0,60  | 23,20    | 116,25                              |
| СОЛЫЙОД                  | Соль йодированная                     | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак |                                       | 59,76                  | 14,43            | 12,69 | 64,51    | 458,45                              |
|                          |                                       |                        |                  |       |          |                                     |
|                          |                                       |                        |                  |       |          |                                     |

|                                 |                                       |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|---------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ММС 5-11 класс Завтрак</b>   |                                       |              |              |              |              |               |
| 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          |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный (1 сорт)               | 50           | 4,00         | 0,60         | 23,20        | 116,25        |
| СОЛЫЙОД                         | Соль йодированная                     | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                       | <b>67,21</b> | <b>17,52</b> | <b>13,85</b> | <b>73,15</b> | <b>519,25</b> |
|                                 |                                       |              |              |              |              |               |

|                                 |                                       |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|---------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ОВЗ с 5-11 класс Завтрак</b> |                                       |              |              |              |              |               |
| 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          |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный (1 сорт)               | 50           | 4,00         | 0,60         | 23,20        | 116,25        |
| СОЛЫЙОД                         | Соль йодированная                     | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                       | <b>67,21</b> | <b>17,52</b> | <b>13,85</b> | <b>73,15</b> | <b>519,25</b> |

|                              |                                               |       |       |      |       |        |
|------------------------------|-----------------------------------------------|-------|-------|------|-------|--------|
| <b>ОВЗ с 5-11 класс Обед</b> |                                               |       |       |      |       |        |
| КП22039                      | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250   | 1,84  | 5,50 | 26,84 | 109,00 |
| КП22173                      | Каша гречневая рассыпчатая                    | 130   | 7,28  | 4,68 | 29,99 | 194,13 |
| 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  |

|                              |                         |              |              |              |               |               |
|------------------------------|-------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 0000065                      | Хлеб пшеничный (1 сорт) | 70           | 5,60         | 0,84         | 32,48         |               |
| ШК00129                      | Хлеб пшеничный (2 сорт) | 50           | 4,33         | 1,67         | 21,33         | 116,25        |
| СОЛЬЙОД                      | Соль йодированная       | 3            | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                         | <b>77,54</b> | <b>32,05</b> | <b>21,39</b> | <b>140,84</b> | <b>821,22</b> |
|                              |                         |              |              |              |               |               |

#### Опекуны 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          |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный (1 сорт)               | 50           | 4,00         | 0,60         | 23,20        | 116,25        |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                     | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                       | <b>67,21</b> | <b>17,52</b> | <b>13,85</b> | <b>73,15</b> | <b>519,25</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          |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный (1 сорт)               | 50           | 4,00         | 0,60         | 23,20        | 116,25        |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                     | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                       | <b>59,76</b> | <b>14,43</b> | <b>12,69</b> | <b>64,51</b> | <b>458,45</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          |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный (1 сорт)               | 50           | 4,00         | 0,60         | 23,20        | 116,25        |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                     | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                       | <b>59,76</b> | <b>14,43</b> | <b>12,69</b> | <b>64,51</b> | <b>458,45</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          |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный (1 сорт)               | 50           | 4,00         | 0,60         | 23,20        | 116,25        |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                     | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                       | <b>67,21</b> | <b>17,52</b> | <b>13,85</b> | <b>73,15</b> | <b>519,25</b> |