

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Багаутдинов Сам

ММС 7-11Л

МЕНЮ

на 20.01.2026 вторник
МАОУ СОШ 7 п.Приютово



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	Пюре из картофеля	100	2,0	0,1	16,0	70
2	Пюре из свеклы	100	1,2	0,1	10,0	45
3	Пюре из моркови	100	0,8	0,1	8,0	35
4	Пюре из тыквы	100	0,5	0,1	5,0	20
5	Пюре из кабачков	100	0,3	0,1	3,0	12
6	Пюре из брокколи	100	2,8	0,2	6,0	30
7	Пюре из цветной капусты	100	2,5	0,2	5,0	28
8	Пюре из зеленого горошка	100	3,0	0,2	7,0	32
9	Пюре из фасоли	100	4,0	0,2	10,0	40
10	Пюре из чечевицы	100	3,5	0,2	9,0	38
11	Пюре из lentils	100	3,2	0,2	8,0	35
12	Пюре из lentils	100	3,0	0,2	7,0	32
13	Пюре из lentils	100	2,8	0,2	6,0	30
14	Пюре из lentils	100	2,5	0,2	5,0	28
15	Пюре из lentils	100	2,2	0,2	4,0	25
16	Пюре из lentils	100	2,0	0,2	3,0	22
17	Пюре из lentils	100	1,8	0,2	2,0	20
18	Пюре из lentils	100	1,5	0,2	1,0	18
19	Пюре из lentils	100	1,2	0,2	0,5	15
20	Пюре из lentils	100	1,0	0,2	0,2	12

Дети 7-11 2см

Обед						
ДП03229	Салат из белого кв. нового урожая//	60,00	0,61	0,95	7,90	68,0
ДП*0284	Суп картофель. с крупной гречневой	200,00	4,20	9,34	27,60	154,0
СВ*5000	Наггетсы из мяса птицы с соусом	100,00	13,20	12,94	13,19	199,0
ДП001*/	Макаронные изделия отварные с маслом	155,00	2,50	3,81	24,00	165,0
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
Итого по: Обед		79,73	23,81	27,47	100,59	725,0

Дети 7-11 лет

Завтрак 1						
СУ07015	Каша рисовая молочная жидкая	205,00	6,25	10,77	20,75	226,0
дгДП00317	Сыр порционный	10,00	4,60	3,00	0,00	64,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
дгДП0005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	2,15	0,50	28,00	130,0
дгН123**	Желе с начинкой для детского питания	35,00	3,00	3,20	25,15	125,0
ИТОГО по: Завтрак 1		71,09	16,10	17,50	83,00	580,0

ММС 12-17Л

Завтрак 1						
ШН07006	Каша рисовая молочная	250,00	5,30	5,65	26,20	203,0
ПТ00317	Сыр порционный	10,00	4,60	3,00	0,00	64,0
У713/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ПТ0005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	2,15	0,50	28,00	130,0
НН123**	Кекс с начинкой для детского питания	35,00	3,00	3,20	25,15	125,0
Итого по: Завтрак 1		78,02	15,15	12,38	88,45	557,0

MMC 7-11 2cm

[illegible]

Завтрак 1		205,00	6,25	10,77	20,75	226,0
СУ07015	Каша рисовая молочная жидкая					
ДП00317	Сыр порционный	10,00	4,60	3,00	0,00	64,0
СУ13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
ДП0005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	2,15	0,50	28,00	130,0
ДН123**	Кекс с начинкой для детского питания	35,00	3,00	3,20	25,15	125,0
ИТОГО по: Завтрак 1		71,09	16,10	17,50	83,00	580,0

MMC CBO (1-4)

Завтрак 1					
СУ070015	Каша рисовая молочная жидкая				
ДП000317	Сыр порционный	205,00	6,25	10,77	20,75
СУ13/0*	Чай с сахаром	10,00	4,60	3,00	0,00
ДП00005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	200,00	0,10	0,03	9,10
ДН1123**	Кеос с начинкой для детского питания	50,00	2,15	0,50	28,00
		35,00	3,00	3,20	25,15
ИТОГО по: Завтрак 1		71,09	16,10	17,50	83,00

Обед

ДП03229	Салат из белого,кап.новый урожай//	60,00	0,61	0,95	7,90	68,0
ДП*0284	Суп картофел.с крупной гречневой	200,00	4,20	9,34	27,60	154,0
ВВ*5000	Нагетсы из мяса птицы с соусом	100,00	13,20	12,94	13,19	199,0
ДП0001*/	Макаронные изделия отварные с маслом	155,00	2,50	3,81	24,00	165,0
УУ13/0*	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
ТОГО по: Обед		75,73	23,81	27,47	100,59	725,0

MMC CBO (1-4)2cm

Обед						
П03229	Салат из белочка+кап.новый урожай//	60,00	0,61	0,95	7,90	68,0
П*0284	Суп картофел.с крупой гречневой	200,00	4,20	9,34	27,60	154,0
B*5000	Наггетсы из мяса птицы с соусом	100,00	13,20	12,94	13,19	199,0
T001*/	Макаронные изделия отварные с маслом	155,00	2,50	3,81	24,00	165,0
/13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
T00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
того по: обед		79,73	23,81	27,47	100,59	725,0

Полдни

13/0*	чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
*0267	Союсиа, запеченная в тесте	100,00	6,59	10,32	16,65	185,0
ТОГО по: Подник		71,09	6,69	10,35	25,75	220,0

MMC CBO 5-11

Завтрак 1		250,00	5,30	5,65	26,20	203,0
407006	Каша рисовая молочная					
00317	Сыр порционный	10,00	4,60	3,00	0,00	64,0
13/0*	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
0005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	2,15	0,50	28,00	130,0
123**	Кекс с начинкой для детского питания	35,00	3,00	3,20	25,15	125,0
ИТО по: Завтрак 1		78,02	15,15	12,38	88,45	557,0

бед

33229	Салат из белочного нового урожая//	100,00	1,02	1,59	13,17
028	Суп картофель с крупной гречневой	250,00	5,08	7,69	24,46
					213,0
					113,0

Нагеттсы из мяса птицы с соусом	90,00	8,30	11,36	9,62	197,0
Макаронные изделия отварные с маслом	155,00	2,50	3,81	24,00	165,0
Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
Чай с сахаром	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
Хлеб пшеничный витаминизированный	90,02	20,20	24,88	99,15	827,0
ИТОГО по: Обед					

ОВЗ+ИНВ 12-17л

Нагеттсы из мяса птицы с соусом	90,00	8,30	11,36	9,62	197,0
Макаронные изделия отварные с маслом	155,00	2,50	3,81	24,00	165,0
Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
Чай с сахаром	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
Хлеб пшеничный витаминизированный	90,02	20,20	24,88	99,15	827,0
ИТОГО по: Обед					

Завтрак 1

Каша рисовая молочная	250,00	5,30	5,65	26,20	203,0
Сыр порционный	10,00	4,60	3,00	0,00	64,0
Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	2,15	0,50	28,00	130,0
Кекс с начинкой для детского питания	35,00	3,00	3,20	25,15	125,0
ИТОГО по: Завтрак 1	78,02	15,15	12,38	88,45	557,0

Обед

Салат из белокоч. кап. новый урожай//	100,00	1,02	1,59	13,17	113,0
Суп картофель.с крупой гречневой	260,00	5,08	7,69	24,46	213,0
Нагеттсы из мяса птицы с соусом	90,00	8,30	11,36	9,62	197,0
Макаронные изделия отварные с маслом	155,00	2,50	3,81	24,00	165,0
Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
ИТОГО по: Обед	90,02	20,20	24,88	99,15	827,0

ОВЗ+ИНВ 7-11 2см

Салат из белокоч. кап. новый урожай//	60,00	0,61	0,95	7,90	68,0
Суп картофель.с крупой гречневой	200,00	4,20	9,34	27,60	154,0
Нагеттсы из мяса птицы с соусом	100,00	13,20	12,94	13,19	199,0
Макаронные изделия отварные с маслом	155,00	2,50	3,81	24,00	165,0
Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
ИТОГО по: Обед	79,73	23,81	27,47	100,59	725,0

Полдник

Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
Сосиска, запеченная в тесте	100,00	6,59	10,32	16,65	185,0
ИТОГО по: Полдник	71,09	6,69	10,35	25,75	220,0

ОВЗ+ИНВ 7-11л

Каша рисовая молочная жидкая	205,00	6,25	10,77	20,75	226,0
Сыр порционный	10,00	4,60	3,00	0,00	64,0
Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	2,15	0,50	28,00	130,0
Кекс с начинкой для детского питания	35,00	3,00	3,20	25,15	125,0
ИТОГО по: Завтрак 1	71,09	16,10	17,50	83,00	580,0

Обед

Салат из белокоч. кап. новый урожай//	60,00	0,61	0,95	7,90	68,0
Суп картофель.с крупой гречневой	200,00	4,20	9,34	27,60	154,0
Нагеттсы из мяса птицы с соусом	100,00	13,20	12,94	13,19	199,0
Макаронные изделия отварные с маслом	155,00	2,50	3,81	24,00	165,0
Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0

Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	3,20	0,40	18,80	104,0
ИТОГО по: Обед	79,73	23,81	27,47	100,59	725,0

род 12-17 лет

Каша рисовая молочная	250,00	5,30	5,65	26,20	203,0
Сыр порционный	10,00	4,60	3,00	0,00	64,0
Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	35,0
Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	2,15	0,50	28,00	130,0
Кекс с начинкой для детского питания	35,00	3,00	3,20	25,15	125,0
ИТОГО по: Завтрак 1	91,28	15,15	12,38	88,45	557,0

Шеф-повар

Калькулятор

Технолог