

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Абдрахманова Р.И./



МЕНЮ
на 28.12.2022 среда
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						
КП22105	Каша "Дружба" молочная	130	4,39	6,29	18,69	195,00
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
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		22,50	7,00	13,04	37,72	342,00
Интернат с 7-11 лет Обед						
КП22038	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	6,25	11,25	5,00	105,00
КП22167	Макаронные изделия с маслом	150	3,72	6,10	32,78	201,75
КП22263	Фрикадельки из птицы с подливой овощным	60	12,10	7,90	10,30	163,00
КП22005	Компот из свежемороженных ягод (яблоки, черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	5,25	2,25	21,75	135,00
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и	40	5,20	5,31	32,00	200,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Обед		52,50	32,72	32,90	102,02	865,75
Интернат с 7-11 лет Ужин						
КП22241	Каша перловая с тушеным мясом "Армейская"	200	4,72	6,32	32,48	206,40
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	5,25	2,25	21,75	135,00
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и	40	5,20	5,31	32,00	200,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Ужин		47,00	15,37	13,88	92,73	568,40
Интернат с 7-11 лет Поздний ужин						
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
КП22244	Печенье	50	1,66	0,84	15,00	68,75
ИТОГО по приему: Поздний ужин		28,00	3,66	5,84	33,00	143,75
ИМС с 12 лет и старше Завтрак						
КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	60	0,00	0,00	30,00	114,00
КП22176	Картофельное пюре	170	3,97	8,50	22,81	212,50
КП22127	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70	9,57	4,20	1,87	84,00

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	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	18,98	14,95	82,93	572,50

ММС с 7-11 лет Завтрак

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	40	0,00	0,00	20,00	76,00
0000072	Груша	180	0,72	0,54	18,54	129,60
МАНДЮ19	Мандарин свежий	150	1,20	0,30	11,25	91,50
КП22176	Картофельное пюре	140	3,27	7,00	18,78	175,00
КП22127	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70	9,57	4,20	1,87	84,00
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	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		86,63	20,20	14,29	98,69	718,10

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	60	0,00	0,00	30,00	114,00
КП22176	Картофельное пюре	170	3,97	8,50	22,81	212,50
КП22127	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70	9,57	4,20	1,87	84,00
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	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	18,98	14,95	82,93	572,50

ОВЗ с 12 лет и старше Обед

КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гречками	230	6,99	5,89	29,99	201,48
КП22167	Макароны отварные с маслом	150	3,72	6,10	32,78	201,75
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным		1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	70	7,35	3,15	30,45	189,00
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и	50	6,50	6,64	40,00	250,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Обед		77,54	26,16	26,59	135,36	977,23

ОВЗ с 7-11 лет Завтрак

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	40	0,00	0,00	20,00	76,00
0000072	Груша	180	0,72	0,54	18,54	129,60

МАНДО19	Мандарин свежий	150	1,20	0,36	11,25	91,50
КП22176	Картофельное пюре	140	3,27	7,00	18,78	175,00
КП22127	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70	9,57	4,20	1,87	84,00
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	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		86,63	20,20	14,29	98,69	718,10

ОВЗ с 7-11 лет Обед

КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гречками	230	6,99	5,89	29,99	201,48
КП22167	Макаронные отварные с маслом	130	3,22	5,28	28,41	174,85
КП22077	Виточки масляные с соусом томатным		1,40	4,73	1,95	74,00
КП22003	Компот из свежемороженой ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65	6,63	2,93	28,28	175,50
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и	40	5,20	5,31	32,00	200,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Обед		67,12	23,84	24,23	120,81	886,83

СВО 12 лет и старше Завтрак

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	60	0,00	0,00	30,00	114,00
КП22176	Картофельное пюре	170	3,97	8,50	22,81	212,50
КП22127	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70	9,57	4,20	1,87	84,00
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	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,89	18,98	14,95	82,93	572,50

Сотрудники Завтрак

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	40	0,00	0,00	20,00	76,00
КП22176	Картофельное пюре	140	3,27	7,00	18,78	175,00
КП22127	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70	9,57	4,20	1,87	84,00
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	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	18,28	13,45	68,90	497,00

Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	60	0,00	0,00	30,00	114,00
---------	---------------------------------------	----	------	------	-------	--------

КП22176	Картофельное пюре	170	3,97	8,50	22,81	212,50
КП22127	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70	9,57	4,20	1,87	84,00
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	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	18,98	14,95	82,93	572,50

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	40	0,00	0,00	20,00	76,00
0000072	Груша	180	0,72	0,54	18,54	129,60
МАНДО19	Мандарин свежий	150	1,20	0,30	11,25	91,50
КП22176	Картофельное пюре	140	3,27	7,00	18,78	175,00
КП22127	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70	9,57	4,20	1,87	84,00
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	5,25	2,25	21,75	135,00
СОЛЫОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		86,63	20,20	14,29	98,69	718,10