

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Абдрахманова Р.И./

*И.И.И.И.* / *А.А.А.А.*

*Р.И.И.*



**МЕНЮ**  
**на 08.12.2022 четверг**  
**МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы**

| Код<br>блюда                     | Наименование                                                                            | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическ<br>ая ценность,<br>ккал |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|--------------------------------------|
|                                  |                                                                                         |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                      |
| Интернат с 7-11 лет Завтрак      |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                      |
| КП22103                          | Каша пшеничная молочная                                                                 | 130                    | 4,85             | 5,20  | 23,75    | 156,87                               |
| КП22164                          | Чай с молоком и сахаром                                                                 | 200                    | 2,00             | 5,00  | 18,00    | 75,00                                |
| КП22205                          | Бутерброд с сыром                                                                       | 50                     | 8,13             | 4,50  | 22,63    | 153,00                               |
| СОЛЬЙОД                          | Соль йодированная                                                                       | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                 |
| ИТОГО по приему: Завтрак         |                                                                                         | 22,50                  | 14,98            | 14,70 | 64,38    | 384,87                               |
| Интернат с 7-11 лет Обед         |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                      |
| КП22047                          | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной                                 | 250                    | 11,25            | 12,38 | 28,75    | 216,25                               |
| КП22131                          | Каша перловая с тушеным мясом "Армейская"                                               | 180                    | 4,43             | 5,93  | 30,45    | 193,00                               |
| 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                                |
| СОЛЬЙОД                          | Соль йодированная                                                                       | 3                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                 |
| ИТОГО по приему: Обед            |                                                                                         | 52,50                  | 23,43            | 19,81 | 115,65   | 666,55                               |
| Интернат с 7-11 лет Ужин         |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                      |
| КП22176                          | Картофельное пюре                                                                       | 170                    | 0,57             | 2,83  | 22,81    | 134,58                               |
| КП22263                          | Фрикадельки из птицы с подливом овощным                                                 | 60                     | 12,10            | 7,90  | 10,30    | 163,00                               |
| 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                     | 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                                |
| СОЛЬЙОД                          | Соль йодированная                                                                       | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                 |
| ИТОГО по приему: Ужин            |                                                                                         | 47,00                  | 20,32            | 12,13 | 85,76    | 538,88                               |
| Интернат с 7-11 лет Поздний ужин |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                      |
| КП22244                          | Печенье                                                                                 | 50                     | 1,66             | 0,84  | 15,00    | 68,75                                |
| КП22164                          | Чай с молоком и сахаром                                                                 | 200                    | 2,00             | 5,00  | 18,00    | 75,00                                |
| ИТОГО по приему: Поздний ужин    |                                                                                         | 28,00                  | 3,66             | 5,84  | 33,00    | 143,75                               |
| ММС с 12 лет и старше Завтрак    |                                                                                         |                        |                  |       |          |                                      |
| КП22173                          | Каша гречневая рассыпчатая                                                              | 200                    | 7,07             | 5,87  | 31,87    | 206,67                               |
| КП22178                          | Котлеты куриные с подливом овощным                                                      | 100                    | 13,00            | 8,70  | 10,20    | 161,00                               |
| КП22001                          | Чай с лимоном и сахаром                                                                 | 200                    | 0,26             | 0,05  | 0,25     | 4,00                                 |



|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 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   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>67,21</b> | 24,58 | 15,62 | 69,07 | 493,17 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |

#### ММС с 7-11 лет Завтрак

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22246                         | Йогурт                                                                           | 100          | 4,10  | 4,20  | 10,00 | 96,00  |
| КП22173                         | Каша гречневая рассыпчатая                                                       | 150          | 5,30  | 4,40  | 23,90 | 155,00 |
| КП22178                         | Котлеты куриные с подливом овощным                                               | 100          | 13,00 | 8,70  | 10,20 | 161,00 |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26  | 0,05  | 0,25  | 4,00   |
| 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   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>70,43</b> | 26,91 | 18,35 | 71,10 | 537,50 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |

#### ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22173                         | Каша гречневая рассыпчатая                                                       | 200          | 7,07  | 5,87  | 31,87 | 206,67 |
| КП22178                         | Котлеты куриные с подливом овощным                                               | 100          | 13,00 | 8,70  | 10,20 | 161,00 |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26  | 0,05  | 0,25  | 4,00   |
| 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   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>67,21</b> | 24,58 | 15,62 | 69,07 | 493,17 |

#### ОВЗ с 12 лет и старше Обед

|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| КП22101                      | Суп картофельный с бобовыми и гречками                                                  | 250          | 8,00  | 6,10  | 33,20  | 219,00 |
| КП22183                      | Картофель отварной запеченный                                                           | 170          | 3,40  | 3,74  | 25,50  | 151,87 |
| КП22339                      | Куриное филе, тушенное с овощами                                                        | 60           | 12,96 | 5,28  | 2,28   | 118,80 |
| КП22180                      | Инстантный напиток витаминизированный                                                   | 200          | 4,00  | 0,00  | 25,00  | 80,00  |
| 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 |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                                                                       | 3            | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                                         | <b>77,54</b> | 38,31 | 17,02 | 147,68 | 855,77 |
|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |
|                              |                                                                                         |              |       |       |        |        |

#### ОВЗ с 7-11 лет Завтрак

|         |                                                                                  |     |       |      |       |        |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| КП22246 | Йогурт                                                                           | 100 | 4,10  | 4,20 | 10,00 | 96,00  |
| КП22173 | Каша гречневая рассыпчатая                                                       | 150 | 5,30  | 4,40 | 23,90 | 155,00 |
| КП22178 | Котлеты куриные с подливом овощным                                               | 100 | 13,00 | 8,70 | 10,20 | 161,00 |
| КП22001 | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200 | 0,26  | 0,05 | 0,25  | 4,00   |
| 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   |



|                                 |                                                                                         |              |       |       |        |        |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                         | <b>70,43</b> | 26,91 | 18,35 | 71,10  | 537,50 |
| <b>ОВЗ с 7-11 лет Обед</b>      |                                                                                         |              |       |       |        |        |
| КП22101                         | Суп картофельный с бобовыми и гречками                                                  | 230          | 7,36  | 5,61  | 30,54  | 201,48 |
| КП22183                         | Картофель отварной запеченный                                                           | 110          | 2,20  | 2,42  | 16,50  | 98,27  |
| КП22339                         | Куриное филе, тушенное с овощами                                                        | 60           | 12,96 | 5,28  | 2,28   | 118,80 |
| КП22180                         | Инстантный напиток витаминизированный                                                   | 200          | 4,00  | 0,00  | 25,00  | 80,00  |
| 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   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b>    |                                                                                         | <b>67,12</b> | 35,25 | 15,01 | 128,50 | 749,30 |

|                                    |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| <b>СВО 12 лет и старше Завтрак</b> |                                                                                  |              |       |       |       |        |
| КП22173                            | Каша гречневая рассыпчатая                                                       | 200          | 7,07  | 5,87  | 31,87 | 206,67 |
| КП22178                            | Котлеты куриные с подливом овощным                                               | 100          | 13,00 | 8,70  | 10,20 | 161,00 |
| КП22001                            | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26  | 0,05  | 0,25  | 4,00   |
| 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   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>    |                                                                                  | <b>67,89</b> | 24,58 | 15,62 | 69,07 | 493,17 |

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| <b>Сотрудники Завтрак</b>       |                                                                                  |              |       |       |       |        |
| КП22173                         | Каша гречневая рассыпчатая                                                       | 150          | 5,30  | 4,40  | 23,90 | 155,00 |
| КП22178                         | Котлеты куриные с подливом овощным                                               | 100          | 13,00 | 8,70  | 10,20 | 161,00 |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26  | 0,05  | 0,25  | 4,00   |
| 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   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>67,21</b> | 22,81 | 14,15 | 61,10 | 441,50 |

|                                      |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| <b>Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак</b> |                                                                                  |              |       |       |       |        |
| КП22173                              | Каша гречневая рассыпчатая                                                       | 200          | 7,07  | 5,87  | 31,87 | 206,67 |
| КП22178                              | Котлеты куриные с подливом овощным                                               | 100          | 13,00 | 8,70  | 10,20 | 161,00 |
| КП22001                              | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26  | 0,05  | 0,25  | 4,00   |
| 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   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>      |                                                                                  | <b>67,21</b> | 24,58 | 15,62 | 69,07 | 493,17 |

|                                 |                            |     |      |      |       |        |
|---------------------------------|----------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| <b>Уч-ся с 7-11 лет Завтрак</b> |                            |     |      |      |       |        |
| КП22246                         | Йогурт                     | 100 | 4,10 | 4,20 | 10,00 | 96,00  |
| КП22173                         | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 5,30 | 4,40 | 23,90 | 155,00 |

|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП221/8                         | Котлеты куриные с подливом овощным                                               | 100          | 13,00 | 8,70  | 10,20 | 161,00 |
| КП22001                         | Чай с лимоном и сахаром                                                          | 200          | 0,26  | 0,05  | 0,25  | 4,00   |
| 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   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                                                  | <b>70,43</b> | 26,91 | 18,35 | 71,10 | 537,50 |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                                                  |              |       |       |       |        |