



СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Набиуллин Р.Р./



**МЕНЮ**  
**на 23.12.2022 пятница**  
**СОШ с.Ломовка**

| Код<br>блюда                      | Наименование                                               | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-------------------------------------|
|                                   |                                                            |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                     |
| Дети ДИ с 12 лет и старше Завтрак |                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| КП22176                           | Картофельное пюре                                          | 200                    | 0,67             | 3,33  | 26,83    | 158,33                              |
| КП22019                           | Тефтели из говядины с подливом овощным                     | 100                    | 8,60             | 6,90  | 6,00     | 130,00                              |
| КП22151                           | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягод          | 200                    | 1,80             | 0,09  | 3,19     | 61,00                               |
| 0000065                           | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50                     | 1,26             | 1,00  | 30,00    | 180,00                              |
| СОЛЬИОД                           | Соль йодированная                                          | 2                      | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак          |                                                            | 67,21                  | 12,33            | 11,32 | 66,02    | 529,33                              |

|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| <b>Дети ДИ с 12 лет и старше Обед</b> |                                                                  |              |       |       |        |        |
| КП22048                               | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной          | 250          | 1,64  | 4,55  | 10,95  | 91,00  |
| КП22167                               | Макароны отварные с маслом                                       | 130          | 3,22  | 4,09  | 28,41  | 174,85 |
| КП22234                               | Фрикадельки из птицы в томатном соусе                            | 100          | 12,20 | 8,70  | 11,10  | 173,00 |
| КП22007                               | Напиток яблочный                                                 | 200          | 0,10  | 0,10  | 22,20  | 67,00  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 70           | 1,76  | 1,40  | 42,00  | 252,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 4,33  | 1,67  | 21,33  | 118,33 |
| СОЛЬИОД                               | Соль йодированная                                                | 3            | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b>          |                                                                  | <b>77,54</b> | 23,26 | 20,51 | 135,99 | 876,18 |
|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |
|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |

|                                   |                                                            |              |       |       |       |        |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| <b>Дети ДИ с 7-11 лет Завтрак</b> |                                                            |              |       |       |       |        |
| КП22176                           | Картофельное пюре                                          | 150          | 0,50  | 2,50  | 20,13 | 118,75 |
| КП22019                           | Тефтели из говядины с подливом овощным                     | 100          | 8,60  | 6,90  | 6,00  | 130,00 |
| КП22151                           | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягод          | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| 0000065                           | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 1,26  | 1,00  | 30,00 | 180,00 |
| СОЛЬИОД                           | Соль йодированная                                          | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>   |                                                            | <b>59,76</b> | 12,16 | 10,49 | 59,31 | 489,75 |

|                                |                                                         |     |       |      |       |        |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| <b>Дети ДИ с 7-11 лет Обед</b> |                                                         |     |       |      |       |        |
| КП22218                        | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной | 230 | 1,50  | 4,19 | 10,07 | 84,00  |
| КП22167                        | Макароны отварные с маслом                              | 120 | 2,98  | 3,78 | 26,22 | 161,40 |
| КП22096                        | Фрикадельки из птицы в томатном соусе                   | 90  | 12,10 | 7,90 | 10,30 | 164,00 |
| КП22007                        | Напиток яблочный                                        | 200 | 0,10  | 0,10 | 22,20 | 67,00  |

|                              |                                                                  |              |       |       |        |        |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| 0000065                      | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 65           | 1,64  | 1,30  | 39,00  | 234,00 |
| ШК00129                      | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40           | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67  |
| СОЛЬЙОД                      | Соль йодированная                                                | 3            | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                  | <b>67,12</b> | 21,78 | 18,60 | 124,86 | 805,07 |
|                              |                                                                  |              |       |       |        |        |
|                              |                                                                  |              |       |       |        |        |

**Дополнительное питание Доп.питание**

|                                     |          |              |      |      |        |        |
|-------------------------------------|----------|--------------|------|------|--------|--------|
| Д08СК19                             | Апельсин | 260          | 1,27 | 1,20 | 169,00 | 208,00 |
| <b>ИТОГО по приему: Доп.питание</b> |          | <b>38,81</b> | 1,27 | 1,20 | 169,00 | 208,00 |
|                                     |          |              |      |      |        |        |
|                                     |          |              |      |      |        |        |

**ММС с 12 лет и старше Завтрак**

|                                 |                                                            |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                          | 200          | 0,67  | 3,33  | 26,83 | 158,33 |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                     | 100          | 8,60  | 6,90  | 6,00  | 130,00 |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежзамороженных ягод        | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 1,26  | 1,00  | 30,00 | 180,00 |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                                          | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>67,21</b> | 12,33 | 11,32 | 66,02 | 529,33 |

**ММС с 12 лет и старше 2Обед 2 смена**

|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| КП22048                               | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной          | 250          | 1,64  | 4,55  | 10,95  | 91,00  |
| КП22167                               | Макароны отварные с маслом                                       | 130          | 3,22  | 4,09  | 28,41  | 174,85 |
| КП22234                               | Фрикадельки из птицы в томатном соусе                            | 100          | 12,20 | 8,70  | 11,10  | 173,00 |
| КП22007                               | Напиток яблочный                                                 | 200          | 0,10  | 0,10  | 22,20  | 67,00  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 70           | 1,76  | 1,40  | 42,00  | 252,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 4,33  | 1,67  | 21,33  | 118,33 |
| СОЛЬЙОД                               | Соль йодированная                                                | 3            | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                                                  | <b>77,54</b> | 23,26 | 20,51 | 135,99 | 876,18 |
|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |
|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |

**ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак**

|                                 |                                                            |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                          | 200          | 0,67  | 3,33  | 26,83 | 158,33 |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                     | 100          | 8,60  | 6,90  | 6,00  | 130,00 |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежзамороженных ягод        | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 1,26  | 1,00  | 30,00 | 180,00 |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                                          | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>67,21</b> | 12,33 | 11,32 | 66,02 | 529,33 |

**ОВЗ с 12 лет и старше Обед**

|         |                                                         |     |       |      |       |        |
|---------|---------------------------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| КП22048 | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной | 250 | 1,64  | 4,55 | 10,95 | 91,00  |
| КП22167 | Макароны отварные с маслом                              | 130 | 3,22  | 4,09 | 28,41 | 174,85 |
| КП22234 | Фрикадельки из птицы в томатном соусе                   | 100 | 12,20 | 8,70 | 11,10 | 173,00 |
| КП22007 | Напиток яблочный                                        | 200 | 0,10  | 0,10 | 22,20 | 67,00  |

|                              |                                                                  |              |              |              |               |               |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 0000065                      | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 70           | 1,76         | 1,40         | 42,00         | 252,00        |
| ШК00129                      | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 4,33         | 1,67         | 21,33         | 118,33        |
| СОЛЬЙОД                      | Соль йодированная                                                | 3            | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                  | <b>77,54</b> | <b>23,26</b> | <b>20,51</b> | <b>135,99</b> | <b>876,18</b> |
|                              |                                                                  |              |              |              |               |               |
|                              |                                                                  |              |              |              |               |               |

**ОВЗ с 7-11 лет Завтрак**

|                                 |                                                            |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                          | 150          | 0,50         | 2,50         | 20,13        | 118,75        |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                     | 100          | 8,60         | 6,90         | 6,00         | 130,00        |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды         | 200          | 1,80         | 0,09         | 3,19         | 61,00         |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 1,26         | 1,00         | 30,00        | 180,00        |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                                          | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>59,76</b> | <b>12,16</b> | <b>10,49</b> | <b>59,31</b> | <b>489,75</b> |

**ОВЗ с 7-11 лет Обед**

|                              |                                                                  |              |              |              |               |               |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| КП22218                      | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной          | 230          | 1,50         | 4,19         | 10,07         | 84,00         |
| КП22167                      | Макароны отварные с маслом                                       | 120          | 2,98         | 3,78         | 26,22         | 161,40        |
| КП22096                      | Фрикадельки из птицы в томатном соусе                            | 90           | 12,10        | 7,90         | 10,30         | 164,00        |
| КП22007                      | Напиток яблочный                                                 | 200          | 0,10         | 0,10         | 22,20         | 67,00         |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 65           | 1,64         | 1,30         | 39,00         | 234,00        |
| ШК00129                      | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40           | 3,47         | 1,33         | 17,07         | 94,67         |
| СОЛЬЙОД                      | Соль йодированная                                                | 3            | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                  | <b>67,12</b> | <b>21,78</b> | <b>18,60</b> | <b>124,86</b> | <b>805,07</b> |
|                              |                                                                  |              |              |              |               |               |
|                              |                                                                  |              |              |              |               |               |

**Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак**

|                                 |                                                            |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                          | 200          | 0,67         | 3,33         | 26,83        | 158,33        |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                     | 100          | 8,60         | 6,90         | 6,00         | 130,00        |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды         | 200          | 1,80         | 0,09         | 3,19         | 61,00         |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 1,26         | 1,00         | 30,00        | 180,00        |
| СОЛЬЙОД                         | Соль йодированная                                          | 2            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>67,21</b> | <b>12,33</b> | <b>11,32</b> | <b>66,02</b> | <b>529,33</b> |

**Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена**

|         |                                                                  |     |       |      |       |        |
|---------|------------------------------------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| КП22048 | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной          | 250 | 1,64  | 4,55 | 10,95 | 91,00  |
| КП22167 | Макароны отварные с маслом                                       | 130 | 3,22  | 4,09 | 28,41 | 174,85 |
| КП22234 | Фрикадельки из птицы в томатном соусе                            | 100 | 12,20 | 8,70 | 11,10 | 173,00 |
| КП22007 | Напиток яблочный                                                 | 200 | 0,10  | 0,10 | 22,20 | 67,00  |
| 0000065 | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 70  | 1,76  | 1,40 | 42,00 | 252,00 |
| ШК00129 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50  | 4,33  | 1,67 | 21,33 | 118,33 |
| СОЛЬЙОД | Соль йодированная                                                | 3   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00   |

|                                       |  |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|--|--------------|-------|-------|--------|--------|
| <b>ИТОГО по приему: 20бед 2 смена</b> |  | <b>77,54</b> | 23,26 | 20,51 | 135,99 | 876,18 |
|                                       |  |              |       |       |        |        |
|                                       |  |              |       |       |        |        |

**Уч-ся с 7-11 лет Завтрак**

|                                 |                                                            |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП22176                         | Картофельное пюре                                          | 150          | 0,50  | 2,50  | 20,13 | 118,75 |
| КП22019                         | Тефтели из говядины с подливом овощным                     | 100          | 8,60  | 6,90  | 6,00  | 130,00 |
| КП22151                         | Напиток витаминизированный из свежемороженой ягод          | 200          | 1,80  | 0,09  | 3,19  | 61,00  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50           | 1,26  | 1,00  | 30,00 | 180,00 |
| СОЛЬИОД                         | Соль йодированная                                          | 2            | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>59,76</b> | 12,16 | 10,49 | 59,31 | 489,75 |

**Уч-ся с 7-11 лет 20бед 2 смена**

|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| КП22218                               | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной          | 230          | 1,50  | 4,19  | 10,07  | 84,00  |
| КП22167                               | Макароны отварные с маслом                                       | 120          | 2,98  | 3,78  | 26,22  | 161,40 |
| КП22096                               | Фрикадельки из птицы в томатном соусе                            | 90           | 12,10 | 7,90  | 10,30  | 164,00 |
| КП22007                               | Напиток яблочный                                                 | 200          | 0,10  | 0,10  | 22,20  | 67,00  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом       | 65           | 1,64  | 1,30  | 39,00  | 234,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40           | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67  |
| СОЛЬИОД                               | Соль йодированная                                                | 3            | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 20бед 2 смена</b> |                                                                  | <b>67,12</b> | 21,78 | 18,60 | 124,86 | 805,07 |
|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |
|                                       |                                                                  |              |       |       |        |        |