

Руководитель образовательного учреждения

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./

**МЕНЮ**  
на 19.01.2022 среда  
СОШ с.Ломовка

| Код<br>блюда                 | Наименование                      | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическ<br>ая ценность,<br>ккал |
|------------------------------|-----------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|--------------------------------------|
|                              |                                   |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                      |
| Дети ДИ с 1-4 класс Завтрак  |                                   |                        |                  |       |          |                                      |
| 0000062                      | Каша манная молочная              | 160,00                 | 2,99             | 6,29  | 15,15    | 122,67                               |
| 0000002                      | Запеканка из творога              | 100,00                 | 15,25            | 10,20 | 17,10    | 205,00                               |
| ШКЯП108                      | Ягоды протертые в ассортименте    | 30,00                  | 0,15             | 0,09  | 9,00     | 38,70                                |
| ШК00130                      | Чай со смородиной и сахаром       | 180,00                 | 0,27             | 0,09  | 6,48     | 27,90                                |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                    | 30,00                  | 0,76             | 0,60  | 18,00    | 108,00                               |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                 | 2,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                 |
| ИТОГО по приему: Завтрак     |                                   | 57,43                  | 19,41            | 17,27 | 65,73    | 502,27                               |
| Дети ДИ с 1-4 класс Обед     |                                   |                        |                  |       |          |                                      |
| 0000148                      | Суп из овощей(В-2)                | 200,00                 | 1,60             | 3,47  | 26,13    | 180,00                               |
| 0000027                      | Рагу овощное                      | 150,00                 | 8,10             | 7,50  | 14,20    | 168,00                               |
| ШК00167                      | Куриное филе, тушенное с овощами  | 90,00                  | 13,59            | 11,00 | 6,20     | 152,00                               |
| ШК00137                      | Компот из вишни                   | 180,00                 | 0,27             | 0,09  | 9,27     | 38,70                                |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                    | 50,00                  | 1,26             | 1,00  | 30,00    | 180,00                               |
| ШК00129                      | Хлеб ржаной(для детского питания) | 35,00                  | 3,03             | 1,17  | 14,93    | 82,83                                |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                 | 3,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                 |
| ИТОГО по приему: Обед        |                                   | 64,23                  | 27,85            | 24,22 | 100,74   | 801,53                               |
|                              |                                   |                        |                  |       |          |                                      |
| Дети ДИ с 5-11 класс Завтрак |                                   |                        |                  |       |          |                                      |
| 0000062                      | Каша манная молочная              | 160,00                 | 2,99             | 6,29  | 15,15    | 122,67                               |
| 0000002                      | Запеканка из творога              | 100,00                 | 15,25            | 10,20 | 17,10    | 205,00                               |
| ШКЯП108                      | Ягоды протертые в ассортименте    | 40,00                  | 0,20             | 0,12  | 12,00    | 51,60                                |
| ШК00130                      | Чай со смородиной и сахаром       | 200,00                 | 0,30             | 0,10  | 7,20     | 31,00                                |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                    | 50,00                  | 1,26             | 1,00  | 30,00    | 180,00                               |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                 | 2,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                 |
| ИТОГО по приему: Завтрак     |                                   | 67,21                  | 20,00            | 17,71 | 81,45    | 590,27                               |
| Дети ДИ с 5-11 класс Обед    |                                   |                        |                  |       |          |                                      |
| 0000148                      | Суп из овощей(В-2)                | 250,00                 | 2,00             | 4,33  | 32,67    | 225,00                               |
| 0000027                      | Рагу овощное                      | 180,00                 | 9,72             | 9,00  | 17,04    | 201,60                               |
| ШК00167                      | Куриное филе, тушенное с овощами  | 90,00                  | 13,59            | 11,00 | 6,20     | 152,00                               |
| ШК00137                      | Компот из вишни                   | 200,00                 | 0,30             | 0,10  | 10,30    | 43,00                                |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                    | 60,00                  | 1,51             | 1,20  | 36,00    | 216,00                               |
| ШК00129                      | Хлеб ржаной(для детского питания) | 40,00                  | 3,47             | 1,33  | 17,07    | 94,67                                |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                 | 3,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                 |
| ИТОГО по приему: Обед        |                                   | 74,15                  | 30,59            | 26,97 | 119,27   | 932,27                               |
|                              |                                   |                        |                  |       |          |                                      |
| ММС 5-11 класс Завтрак       |                                   |                        |                  |       |          |                                      |
| 0000062                      | Каша манная молочная              | 160,00                 | 2,99             | 6,29  | 15,15    | 122,67                               |
| 0000002                      | Запеканка из творога              | 100,00                 | 15,25            | 10,20 | 17,10    | 205,00                               |
| ШКЯП108                      | Ягоды протертые в ассортименте    | 40,00                  | 0,20             | 0,12  | 12,00    | 51,60                                |
| ШК00130                      | Чай со смородиной и сахаром       | 200,00                 | 0,30             | 0,10  | 7,20     | 31,00                                |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                    | 50,00                  | 1,26             | 1,00  | 30,00    | 180,00                               |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                 | 2,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                 |

|                                       |                                   |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|-----------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>       |                                   | <b>67,21</b> | 20,00 | 17,71 | 81,45  | 590,27 |
| <b>ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена</b>   |                                   |              |       |       |        |        |
| 0000148                               | Суп из овощей(В-2)                | 250,00       | 2,00  | 4,33  | 32,67  | 225,00 |
| 0000027                               | Рагу овощное                      | 180,00       | 9,72  | 9,00  | 17,04  | 201,60 |
| ШК00167                               | Куриное филе, тушенное с овощами  | 90,00        | 13,59 | 11,00 | 6,20   | 152,00 |
| ШК00137                               | Компот из вишни                   | 200,00       | 0,30  | 0,10  | 10,30  | 43,00  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                    | 60,00        | 1,51  | 1,20  | 36,00  | 216,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания) | 40,00        | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67  |
| СОЛЙОД                                | Соль йодированная                 | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                   | <b>77,54</b> | 30,59 | 26,97 | 119,27 | 932,27 |
|                                       |                                   |              |       |       |        |        |
|                                       |                                   |              |       |       |        |        |

|                                 |                                |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| <b>ОВЗ с 1-4 класс Завтрак</b>  |                                |              |       |       |       |        |
| 0000062                         | Каша манная молочная           | 160,00       | 2,99  | 6,29  | 15,15 | 122,67 |
| 0000002                         | Запеканка из творога           | 100,00       | 15,25 | 10,20 | 17,10 | 205,00 |
| ШКЯП108                         | Ягоды протертые в ассортименте | 30,00        | 0,15  | 0,09  | 9,00  | 38,70  |
| ШК00130                         | Чай со смородиной и сахаром    | 180,00       | 0,27  | 0,09  | 6,48  | 27,90  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный                 | 30,00        | 0,76  | 0,60  | 18,00 | 108,00 |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная              | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                | <b>57,43</b> | 19,41 | 17,27 | 65,73 | 502,27 |

|                              |                                   |              |       |       |        |        |
|------------------------------|-----------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| <b>ОВЗ с 1-4 класс Обед</b>  |                                   |              |       |       |        |        |
| 0000148                      | Суп из овощей(В-2)                | 200,00       | 1,60  | 3,47  | 26,13  | 180,00 |
| 0000027                      | Рагу овощное                      | 150,00       | 8,10  | 7,50  | 14,20  | 168,00 |
| ШК00167                      | Куриное филе, тушенное с овощами  | 90,00        | 13,59 | 11,00 | 6,20   | 152,00 |
| ШК00137                      | Компот из вишни                   | 180,00       | 0,27  | 0,09  | 9,27   | 38,70  |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                    | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00  | 180,00 |
| ШК00129                      | Хлеб ржаной(для детского питания) | 35,00        | 3,03  | 1,17  | 14,93  | 82,83  |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                 | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                   | <b>64,23</b> | 27,85 | 24,22 | 100,74 | 801,53 |

|                                       |                                   |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|-----------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| <b>ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена</b>  |                                   |              |       |       |        |        |
| 0000148                               | Суп из овощей(В-2)                | 200,00       | 1,60  | 3,47  | 26,13  | 180,00 |
| 0000027                               | Рагу овощное                      | 150,00       | 8,10  | 7,50  | 14,20  | 168,00 |
| ШК00167                               | Куриное филе, тушенное с овощами  | 90,00        | 13,59 | 11,00 | 6,20   | 152,00 |
| ШК00137                               | Компот из вишни                   | 180,00       | 0,27  | 0,09  | 9,27   | 38,70  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                    | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00  | 180,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания) | 35,00        | 3,03  | 1,17  | 14,93  | 82,83  |
| СОЛЙОД                                | Соль йодированная                 | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                   | <b>64,23</b> | 27,85 | 24,22 | 100,74 | 801,53 |

|                                          |                                |              |       |       |       |        |
|------------------------------------------|--------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| <b>ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена</b>  |                                |              |       |       |       |        |
| 0000062                                  | Каша манная молочная           | 160,00       | 2,99  | 6,29  | 15,15 | 122,67 |
| 0000002                                  | Запеканка из творога           | 100,00       | 15,25 | 10,20 | 17,10 | 205,00 |
| ШКЯП108                                  | Ягоды протертые в ассортименте | 30,00        | 0,15  | 0,09  | 9,00  | 38,70  |
| ШК00130                                  | Чай со смородиной и сахаром    | 180,00       | 0,27  | 0,09  | 6,48  | 27,90  |
| 0000065                                  | Хлеб пшеничный                 | 30,00        | 0,76  | 0,60  | 18,00 | 108,00 |
| СОЛЙОД                                   | Соль йодированная              | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена</b> |                                | <b>57,43</b> | 19,41 | 17,27 | 65,73 | 502,27 |
|                                          |                                |              |       |       |       |        |
|                                          |                                |              |       |       |       |        |

|                                 |                                |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| <b>ОВЗ с 5-11 класс Завтрак</b> |                                |              |       |       |       |        |
| 0000062                         | Каша манная молочная           | 160,00       | 2,99  | 6,29  | 15,15 | 122,67 |
| 0000002                         | Запеканка из творога           | 100,00       | 15,25 | 10,20 | 17,10 | 205,00 |
| ШКЯП108                         | Ягоды протертые в ассортименте | 40,00        | 0,20  | 0,12  | 12,00 | 51,60  |
| ШК00130                         | Чай со смородиной и сахаром    | 200,00       | 0,30  | 0,10  | 7,20  | 31,00  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный                 | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00 | 180,00 |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная              | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                | <b>67,21</b> | 20,00 | 17,71 | 81,45 | 590,27 |

**ОВЗ с 5-11 класс Обед**

|                              |                                   |              |       |       |        |        |
|------------------------------|-----------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| 0000148                      | Суп из овощей(В-2)                | 250,00       | 2,00  | 4,33  | 32,67  | 225,00 |
| 0000027                      | Рагу овощное                      | 180,00       | 9,72  | 9,00  | 17,04  | 201,60 |
| ШК00167                      | Куриное филе, тушенное с овощами  | 90,00        | 13,59 | 11,00 | 6,20   | 152,00 |
| ШК00137                      | Компот из вишни                   | 200,00       | 0,30  | 0,10  | 10,30  | 43,00  |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                    | 60,00        | 1,51  | 1,20  | 36,00  | 216,00 |
| ШК00129                      | Хлеб ржаной(для детского питания) | 40,00        | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67  |
| СОЛЫОД                       | Соль йодированная                 | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                   | <b>74,15</b> | 30,59 | 26,97 | 119,27 | 932,27 |

**ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена**

|                                       |                                   |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|-----------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| 0000148                               | Суп из овощей(В-2)                | 250,00       | 2,00  | 4,33  | 32,67  | 225,00 |
| 0000027                               | Рагу овощное                      | 180,00       | 9,72  | 9,00  | 17,04  | 201,60 |
| ШК00167                               | Куриное филе, тушенное с овощами  | 90,00        | 13,59 | 11,00 | 6,20   | 152,00 |
| ШК00137                               | Компот из вишни                   | 200,00       | 0,30  | 0,10  | 10,30  | 43,00  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                    | 60,00        | 1,51  | 1,20  | 36,00  | 216,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания) | 40,00        | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67  |
| СОЛЫОД                                | Соль йодированная                 | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                   | <b>74,15</b> | 30,59 | 26,97 | 119,27 | 932,27 |

**ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена**

|                                          |                                |              |       |       |       |        |
|------------------------------------------|--------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 0000062                                  | Каша манная молочная           | 160,00       | 2,99  | 6,29  | 15,15 | 122,67 |
| 0000002                                  | Запеканка из творога           | 100,00       | 15,25 | 10,20 | 17,10 | 205,00 |
| ШКЯП108                                  | Ягоды протертые в ассортименте | 40,00        | 0,20  | 0,12  | 12,00 | 51,60  |
| ШК00130                                  | Чай со смородиной и сахаром    | 200,00       | 0,30  | 0,10  | 7,20  | 31,00  |
| 0000065                                  | Хлеб пшеничный                 | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00 | 180,00 |
| СОЛЫОД                                   | Соль йодированная              | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена</b> |                                | <b>67,21</b> | 20,00 | 17,71 | 81,45 | 590,27 |
|                                          |                                |              |       |       |       |        |
|                                          |                                |              |       |       |       |        |

**Учащиеся 1-4 классы Завтрак**

|                                 |                                |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 0000062                         | Каша манная молочная           | 160,00       | 2,99  | 6,29  | 15,15 | 122,67 |
| 0000002                         | Запеканка из творога           | 100,00       | 15,25 | 10,20 | 17,10 | 205,00 |
| ШКЯП108                         | Ягоды протертые в ассортименте | 40,00        | 0,15  | 0,09  | 9,00  | 38,70  |
| ШК00130                         | Чай со смородиной и сахаром    | 180,00       | 0,27  | 0,09  | 6,48  | 27,90  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный                 | 30,00        | 0,76  | 0,60  | 18,00 | 108,00 |
| СОЛЫОД                          | Соль йодированная              | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                | <b>59,76</b> | 19,41 | 17,27 | 65,73 | 502,27 |

**Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена**

|                                       |                                   |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|-----------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| 0000148                               | Суп из овощей(В-2)                | 200,00       | 1,60  | 3,47  | 26,13  | 180,00 |
| 0000027                               | Рагу овощное                      | 150,00       | 8,10  | 7,50  | 14,20  | 168,00 |
| ШК00167                               | Куриное филе, тушенное с овощами  | 90,00        | 13,59 | 11,00 | 6,20   | 152,00 |
| ШК00137                               | Компот из вишни                   | 180,00       | 0,27  | 0,09  | 9,27   | 38,70  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                    | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00  | 180,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания) | 35,00        | 3,03  | 1,17  | 14,93  | 82,83  |
| СОЛЫОД                                | Соль йодированная                 | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                   | <b>67,12</b> | 27,85 | 24,22 | 100,74 | 801,53 |
|                                       |                                   |              |       |       |        |        |
|                                       |                                   |              |       |       |        |        |

**Учащиеся 5-11 классы Завтрак**

|                                 |                                |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 0000062                         | Каша манная молочная           | 160,00       | 2,99  | 6,29  | 15,15 | 122,67 |
| 0000002                         | Запеканка из творога           | 100,00       | 15,25 | 10,20 | 17,10 | 205,00 |
| ШКЯП108                         | Ягоды протертые в ассортименте | 40,00        | 0,20  | 0,12  | 12,00 | 51,60  |
| ШК00130                         | Чай со смородиной и сахаром    | 200,00       | 0,30  | 0,10  | 7,20  | 31,00  |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный                 | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00 | 180,00 |
| СОЛЫОД                          | Соль йодированная              | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                | <b>67,21</b> | 20,00 | 17,71 | 81,45 | 590,27 |

**Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена**

|         |                    |        |      |      |       |        |
|---------|--------------------|--------|------|------|-------|--------|
| 0000148 | Суп из овощей(В-2) | 250,00 | 2,00 | 4,33 | 32,67 | 225,00 |
| 0000027 | Рагу овощное       | 180,00 | 9,72 | 9,00 | 17,04 | 201,60 |

|                                       |                                    |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| ШК00167                               | Куриное филе, тушенное с овощами   | 90,00        | 13,59 | 11,00 | 6,20   | 152,00 |
| ШК00137                               | Компот из вишни                    | 200,00       | 0,30  | 0,10  | 10,30  | 43,00  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                     | 60,00        | 1,51  | 1,20  | 36,00  | 216,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной (для детского питания) | 40,00        | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67  |
| СОЛЙОД                                | Соль йодированная                  | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                    | <b>77,54</b> | 30,59 | 26,97 | 119,27 | 932,27 |
|                                       |                                    |              |       |       |        |        |
|                                       |                                    |              |       |       |        |        |

Контрольное  
блюдо  
МОБУ СОШ  
с.Ломовка



