

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/

МЕНЮ

на 14.01.2026 среда
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1,22	1,20	13,50	72,00
КП25046	Картофельное пюре	150	3,76	7,48	20,13	198,75
КП25008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,00
КП25027	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,20	0,48	15,36	94,40
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	16,48	13,66	58,38	476,15
Начальные классы Обед						
КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	90	2,25	6,75	45,00	171,00
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,50	5,00	15,13	200,00
КП25022	Гречка по-купечески	150	8,83	7,92	13,33	176,67
КП25031	Компот яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,80	0,42	13,44	82,60
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	30	2,43	4,20	11,00	69,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	23,81	24,29	115,50	766,27
Старшие классы Завтрак						
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	100	2,02	2,00	22,50	120,00
КП25046	Картофельное пюре	180	4,51	8,97	24,15	238,50
КП25090	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	10,20	5,60	3,60	110,00
КП25027	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	19,20	118,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	20,94	17,17	75,95	613,50
Старшие классы Обед						
КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	100	2,50	7,50	50,00	190,00
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9,38	6,25	18,91	250,00
КП25022	Гречка по-купечески	165	9,72	8,71	14,67	194,33
КП25031	Компот яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	19,20	118,00

ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	45	3,65	6,30	16,50	
ИТОГО по приему: Обед		92,64	29,24	29,36	136,88	92,64

12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак

КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	100	2,02	2,00	22,50	120,00
ЛАКТ500	Каша гречневая рассыпчатая без масла	180	10,08	6,48	41,52	268,80
КП25090	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	10,20	5,60	3,60	110,00
КП25027	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	19,20	118,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	26,50	14,68	93,32	643,80

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак

КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1,22	1,20	13,50	72,00
ЛАКТ500	Каша гречневая рассыпчатая без масла	150	8,40	5,40	34,60	224,00
КП25008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,00
КП25027	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,20	0,48	15,36	94,40
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	21,11	11,58	72,86	501,40

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед

КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	90	2,25	6,75	45,00	171,00
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	7,50	5,00	15,13	200,00
КП25022	Гречка по-купечески	150	8,83	7,92	13,33	176,67
КП25031	Компот яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,80	0,42	13,44	82,60
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	30	2,43	4,20	11,00	69,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	23,81	24,29	115,50	766,27

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак

СД00018	Салат из моркови на растительном масле (б.сах.)	60	0,82	6,00	4,40	73,50
КП25046	Картофельное пюре	150	3,76	7,48	20,13	198,75
КП24219	Котлеты куриные "Наггетсы"	60	8,10	4,50	2,90	84,00
СД00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3,24	5,60	14,67	92,00
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	16,83	23,59	51,59	478,25

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	90	2,25	6,75	45,00	171,00
---------	---------------------------------------	----	------	------	-------	--------

348	Суп картофельный с бобовыми(без гренок)	200	6,08	5,12	26,08	175,20
П25022	Гречка по-купечески	150	8,83	7,92	13,33	176,67
СД24055	Компот яблочный б/сах	200	0,00	0,00	17,60	67,00
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	65	5,27	9,10	23,83	149,50
ИТОГО по приему: Обед		86,07	22,43	28,89	125,85	739,37

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

СД00002	Салат из моркови (б/сахара)	100	2,02	2,00	22,50	120,00
ЛКСДСОВ	Суп из овощей (В-2)	250	2,00	4,34	10,84	91,25
СД00042	Болоньезе с куриным фаршем и овощами	100	19,00	21,20	16,90	136,00
СД00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	23,92	27,56	59,74	377,25

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Обед

КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	100	2,50	7,50	50,00	190,00
ЛКСДСОВ	Суп из овощей (В-2)	250	2,00	4,34	10,84	91,25
АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	100	15,60	12,20	1,00	156,00
СД00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
ИТОГО по приему: Обед		92,64	21,00	24,06	71,34	467,25

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

//

//