

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

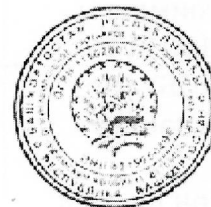
Директор

/Аминева Рина Фаязовна/



Сергеев А.В.

МЕНЮ
на 10.12.2025 среда
МОБУ ЦО "Знание"



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	

Аллер(глютен, мол.сахар)

1 Завтрак

ДП020АА	Каша рисовая жидкая	150/4	3,80	5,90	23,70	164,00
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		8,16	3,90	5,90	23,70	165,00

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,48	0,48	11,76	56,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,48	0,48	11,76	56,00

Обед

ДПП0029	Винегрет овощной(без лука)	40,00	0,47	3,40	2,53	42,67
ДП00338	Щи из св.капусты с карт.без смет	180,00	1,30	2,75	6,43	55,20
ДПП0019	Плов из говядины	125/25	14,78	14,76	38,92	306,00
ДП0124А	Компот из смеси сухофр б/с	200,00	1,10	0,05	35,00	125,00
ИТОГО по: Обед		117,55	17,64	20,96	82,89	528,87

Полдник

ДП0066а	Картофель тушеный	150,00	3,30	9,20	22,70	189,00
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: Полдник		37,54	3,40	9,20	22,70	190,00

Стоимость питания за день по категории **182,00**

Аллер(сахар,молоко)

1 Завтрак

ДП0080А	Каша манная жидкая	1/170	3,09	3,86	19,43	127,00
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ДП00371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		14,19	4,99	4,56	31,36	188,83

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,24	0,00	5,04	19,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,24	0,00	5,04	19,00

Обед

ДПП0029	Винегрет овощной(без лука)	40,00	0,47	3,40	2,53	42,67
ДП0338А	Щи из св.капусты с карт.без смет	200,00	1,41	4,15	7,09	180,00
ДПП0019	Плов из говядины	125/25	14,78	14,76	38,92	306,00
ДП0124А	Компот из смеси сухофр б/с	200,00	1,10	0,05	35,00	125,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Обед		131,51	20,29	22,70	99,70	735,00

Полдник

ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	145/5	4,84	4,74	54,46	187,00

ИТОГО по: Полдник	17,56	6,37	4,93	63,41	231,33
Стоимость питания за день по категории	182,00				

Группа продл.дня 1-4 кл

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДПП0019	Плов из говядины	160,00	15,77	15,74	41,51	326,40
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	86,67
ИТОГО по: Обед		79,73	21,83	21,56	97,29	630,15
Стоимость питания за день по категории	79,73					

3 ММС/дети 7-11лет

1 Завтрак

удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	60,00	7,17	8,34	1,47	154,29
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	65,35	224,40
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	17,26	14,61	102,77	544,69
Стоимость питания за день по категории	71,09					

3 род.плата 5-11кл

1 Завтрак

удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	1/70	8,37	9,73	1,72	180,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	65,35	224,40
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		61,1	18,46	16,00	103,01	570,40
Стоимость питания за день по категории	61,10					

3ММС/дети12 лет и старш

1 Завтрак

удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	1/70	8,37	9,73	1,72	180,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	65,35	224,40
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	18,46	16,00	103,01	570,40
Стоимость питания за день по категории	78,02					

0 ММС/дети 7-11лет

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДПП0019	Плов из говядины	125/25	14,78	14,76	38,92	306,00
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ИТОГО по: Обед		79,73	21,56	20,67	99,18	631,42
Стоимость питания за день по категории	79,73					

0 род.плата 5-11кл

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДПП0019	Плов из говядины	165,00	16,26	16,24	42,81	336,60
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		90,02	22,32	22,06	98,60	640,69
Стоимость питания за день по категории	90,02					

ОВЗ(1-4кл)

1 Завтрак

удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	60,00	7,17	8,34	1,47	154,29
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	65,35	224,40
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	17,26	14,61	102,77	544,69

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДПП0019	Плов из говядины	160,00	15,77	15,74	41,51	326,40
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	86,67
ИТОГО по: Обед		79,73	21,83	21,56	97,29	630,15

Стоимость питания за день по категории **150,82**

ОВЗ(5-11кл)

1 Завтрак

удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	1/70	8,37	9,73	1,72	180,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	65,35	224,40
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	18,46	16,00	103,01	570,40

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДПП0019	Плов из говядины	170,00	16,75	16,73	44,11	346,80
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		90,02	22,82	22,55	99,89	650,89

Стоимость питания за день по категории **168,04**

ОММС/дети12 лет и старш

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДПП0019	Плов из говядины	165,00	16,26	16,24	42,81	336,60
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		90,02	22,32	22,06	98,60	640,69

Стоимость питания за день по категории **90,02**

СВО (1-4)

1 Завтрак

удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	60,00	7,17	8,34	1,47	154,29
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	65,35	224,40
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	17,26	14,61	102,77	544,69

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДПП0019	Плов из говядины	160,00	15,77	15,74	41,51	326,40
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	86,67
ИТОГО по: Обед		79,73	21,83	21,56	97,29	630,15

Полдник

удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	60,00	7,17	8,34	1,47	154,29
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	65,35	224,40
ДП33400	Чай со смесью витам.Витошка	200,00	0,00	0,03	0,02	1,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: Полдник		71,09	17,26	14,64	93,71	509,69
Стоимость питания за день по категории		221,91				

СВО (5-11)

1 Завтрак

удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	1/70	8,37	9,73	1,72	180,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	65,35	224,40
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	18,46	16,00	103,01	570,40

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДПП0019	Плов из говядины	170,00	16,75	16,73	44,11	346,80
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		90,02	22,82	22,55	99,89	650,89

Полдник

удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	1/70	8,37	9,73	1,72	180,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	65,35	224,40
ДП33400	Чай со смесью витам.Витошка	200,00	0,00	0,03	0,02	1,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: Полдник		78,02	18,46	16,03	93,95	535,40
Стоимость питания за день по категории		246,06				

сад 10ч

1 Завтрак

ДП00198	Повидло	5,00	0,20	0,00	0,60	10,50
ДП00080	Каша манная молочная жидкая	150,00	2,73	3,41	17,14	112,01
ДП00333	Чай с/с	200,00	0,20	0,05	4,03	17,00
ДП00371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		30,11	4,93	4,16	33,70	200,35

2 Второй завтрак

ДП00265	Сок фруктовый	150,00	1,13	1,73	2,40	26,25
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		12	1,13	1,73	2,40	26,25

Обед

ДПП0029	Винегрет овощной(без лука)	40,00	0,47	3,40	2,53	42,67
ДП00338	Щи из св.капусты с карт.без смет	180,00	1,30	2,75	6,43	55,20
ДП00264	Сметана к пер.блюдам (прокип)	5,00	0,13	0,75	0,18	8,00
ДПП0019	Плов из говядины	130,00	12,81	12,79	33,73	265,20
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Обед		97,34	17,29	20,03	79,83	535,40

Полдник

ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00145	Макаронные изделия с тертым сыром	130,00	2,76	2,68	12,76	126,06
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Полдник		42,56	4,18	2,87	30,80	205,39
Стоимость питания за день по категории		182,00				

Шеф-повар
