

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/



## МЕНЮ

на 18.11.2025 вторник  
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки



| Код<br>блюда             | Наименование                                               | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-------------------------------------|
|                          |                                                            |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                     |
| Начальные классы Завтрак |                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| КП25041                  | Каша манная молочная                                       | 170                    | 7,33             | 8,56  | 19,82    | 211,93                              |
| КП25042                  | Сырники из творога с соусом молочным                       | 90                     | 5,00             | 4,65  | 14,20    | 146,00                              |
| КП25043                  | Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте        | 200                    | 0,00             | 0,00  | 3,02     | 76,00                               |
| 0000065                  | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40                     | 3,20             | 0,48  | 15,36    | 94,40                               |
| ИТОГО по приему: Завтрак |                                                            | 71,09                  | 15,53            | 13,69 | 52,40    | 528,33                              |
| Начальные классы Обед    |                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| КП25117                  | Салат из белокачанной капусты                              | 80                     | 1,80             | 1,40  | 18,00    | 84,00                               |
| КП25034                  | Суп с рисовой крупой                                       | 200                    | 2,13             | 2,00  | 13,33    | 134,67                              |
| КП25113                  | Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)               | 165                    | 10,56            | 9,40  | 47,20    | 316,00                              |
| КП25029                  | Напиток яблочный                                           | 200                    | 0,30             | 0,10  | 10,30    | 43,00                               |
| 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  | 12,79    | 71,00                               |
| ИТОГО по приему: Обед    |                                                            | 79,73                  | 20,02            | 17,52 | 115,06   | 731,27                              |
|                          |                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
|                          |                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| Старшие классы Завтрак   |                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| КП25041                  | Каша манная молочная                                       | 200                    | 8,63             | 10,07 | 23,32    | 249,33                              |
| КП25042                  | Сырники из творога с соусом молочным                       | 90                     | 5,00             | 4,65  | 14,20    | 146,00                              |
| КП25043                  | Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте        | 200                    | 0,00             | 0,00  | 3,02     | 76,00                               |
| 0000065                  | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50                     | 4,00             | 0,60  | 19,20    | 118,00                              |
| ИТОГО по приему: Завтрак |                                                            | 78,02                  | 17,63            | 15,32 | 59,74    | 589,33                              |
| Старшие классы Обед      |                                                            |                        |                  |       |          |                                     |
| КП25117                  | Салат из белокачанной капусты                              | 100                    | 2,25             | 1,75  | 22,50    | 105,00                              |
| КП25034                  | Суп с рисовой крупой                                       | 250                    | 2,67             | 2,50  | 16,67    | 168,33                              |
| КП25113                  | Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)               | 165                    | 10,56            | 9,40  | 47,20    | 316,00                              |
| КП25029                  | Напиток яблочный                                           | 200                    | 0,30             | 0,10  | 10,30    | 43,00                               |
| 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  | 19,18    | 106,50                              |
| ИТОГО по приему: Обед    |                                                            | 90,02                  | 23,42            | 20,65 | 135,05   | 856,83                              |

**12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак**

|                                 |                                                            |              |              |             |              |               |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| ЛАК0001                         | Каша манная (без молока)                                   | 200          | 5,07         | 6,53        | 16,80        | 130,67        |
| КП25121                         | Сырники из творога                                         | 60           | 11,20        | 2,20        | 10,90        | 109,00        |
| 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        |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>78,02</b> | <b>20,47</b> | <b>9,33</b> | <b>53,40</b> | <b>384,67</b> |
|                                 |                                                            |              |              |             |              |               |
|                                 |                                                            |              |              |             |              |               |

**ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак**

|                                 |                                                            |              |             |             |              |               |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ЛАК0001                         | Каша манная (без молока)                                   | 170          | 4,31        | 5,55        | 14,28        | 111,07        |
| КП25044                         | Фрукты свеж.(шт.)яблоко                                    | 100          | 0,40        | 0,40        | 8,80         | 82,00         |
| 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         |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>71,09</b> | <b>8,11</b> | <b>6,43</b> | <b>44,94</b> | <b>314,47</b> |

**ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед**

|                              |                                                            |              |              |              |               |               |
|------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| КП25117                      | Салат из белокочанной капусты                              | 80           | 1,80         | 1,40         | 18,00         | 84,00         |
| КП25034                      | Суп с рисовой крупой                                       | 200          | 2,13         | 2,00         | 13,33         | 134,67        |
| КП25113                      | Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)               | 165          | 10,56        | 9,40         | 47,20         | 316,00        |
| КП25029                      | Напиток яблочный                                           | 200          | 0,30         | 0,10         | 10,30         | 43,00         |
| 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         | 12,79         | 71,00         |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                            | <b>79,73</b> | <b>20,02</b> | <b>17,52</b> | <b>115,06</b> | <b>731,27</b> |
|                              |                                                            |              |              |              |               |               |
|                              |                                                            |              |              |              |               |               |

**ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак**

|                                 |                         |              |             |             |              |               |
|---------------------------------|-------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ЛАК0072                         | Рагу из овощей          | 170          | 2,27        | 5,67        | 17,91        | 96,33         |
| СД00022                         | Чай б/сах               | 200          | 0,90        | 0,02        | 9,50         | 30,00         |
| КП25044                         | Фрукты свеж.(шт.)яблоко | 100          | 0,40        | 0,40        | 8,80         | 82,00         |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                         | <b>71,09</b> | <b>3,57</b> | <b>6,09</b> | <b>36,21</b> | <b>208,33</b> |

**ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед**

|                              |                                   |              |             |             |              |               |
|------------------------------|-----------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ЛКСДСОВ                      | Суп из овощей (В-2)               | 200          | 1,60        | 3,47        | 8,67         | 73,00         |
| ЛАК2402                      | Капуста тушённая с куриным фаршем | 180          | 2,83        | 4,25        | 12,08        | 97,20         |
| СД00022                      | Чай б/сах                         | 200          | 0,90        | 0,02        | 9,50         | 30,00         |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                   | <b>79,73</b> | <b>5,33</b> | <b>7,74</b> | <b>30,25</b> | <b>200,20</b> |
|                              |                                   |              |             |             |              |               |
|                              |                                   |              |             |             |              |               |

**ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак**

|         |                |     |      |      |       |       |
|---------|----------------|-----|------|------|-------|-------|
| ЛАК0072 | Рагу из овощей | 170 | 2,27 | 5,67 | 17,91 | 96,33 |
|---------|----------------|-----|------|------|-------|-------|

|                                 |                         |              |             |             |              |               |
|---------------------------------|-------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| 0022                            | Чай б/сах               | 200          | 0,90        | 0,02        | 9,50         | 30,00         |
| КП25044                         | Фрукты свеж.(шт.)яблоко | 100          | 0,40        | 0,40        | 8,80         | 82,00         |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                         | <b>78,02</b> | <b>3,57</b> | <b>6,09</b> | <b>36,21</b> | <b>208,33</b> |

**ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Обед**

|                              |                                   |              |             |             |              |               |
|------------------------------|-----------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| КП22567                      | Бульон овощной                    | 250          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,00          |
| ЛАК2402                      | Капуста тушённая с куриным фаршем | 180          | 2,83        | 4,25        | 12,08        | 97,20         |
| СД00022                      | Чай б/сах                         | 200          | 0,90        | 0,02        | 9,50         | 30,00         |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                   | <b>90,02</b> | <b>3,73</b> | <b>4,27</b> | <b>21,58</b> | <b>127,20</b> |
|                              |                                   |              |             |             |              |               |
|                              |                                   |              |             |             |              |               |

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

\_\_ //

\_\_ //

\_\_