

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/



*Исакова*



## МЕНЮ

на 26.02.2026 четверг  
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки

| Код<br>блюда             | Наименование                                                 | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическ<br>ая ценность,<br>ккал |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|--------------------------------------|
|                          |                                                              |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                      |
| Начальные классы Завтрак |                                                              |                        |                  |       |          |                                      |
| КП31016                  | Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное) | 100                    | 1,70             | 14,10 | 6,00     | 158,00                               |
| КП25040                  | Макароны отварные с маслом                                   | 150                    | 3,72             | 5,60  | 26,98    | 215,00                               |
| КП25196                  | Соус томатный                                                | 25                     | 0,25             | 1,13  | 1,50     | 17,50                                |
| 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                  | 9,07             | 21,30 | 56,34    | 511,90                               |
| Начальные классы Обед    |                                                              |                        |                  |       |          |                                      |
| КП25016                  | Борщ с капустой и картофелем                                 | 230                    | 1,53             | 3,07  | 10,73    | 196,27                               |
| КП25047                  | Каша перловая рассыпчатая                                    | 150                    | 4,00             | 3,40  | 24,50    | 166,00                               |
| КП25008                  | Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным                | 90                     | 8,10             | 4,50  | 2,90     | 84,00                                |
| КП25028                  | Компот из смеси сухофруктов                                  | 200                    | 1,00             | 0,05  | 27,50    | 110,00                               |
| 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                  | 19,86            | 15,64 | 90,07    | 707,87                               |
|                          |                                                              |                        |                  |       |          |                                      |
|                          |                                                              |                        |                  |       |          |                                      |
| Старшие классы Завтрак   |                                                              |                        |                  |       |          |                                      |
| КП31016                  | Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное) | 100                    | 1,70             | 14,10 | 6,00     | 158,00                               |
| КП25040                  | Макароны отварные с маслом                                   | 180                    | 4,46             | 6,72  | 32,38    | 258,00                               |
| КП25196                  | Соус томатный                                                | 25                     | 0,25             | 1,13  | 1,50     | 17,50                                |
| 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                  | 10,61            | 22,55 | 65,58    | 578,50                               |
| Старшие классы Обед      |                                                              |                        |                  |       |          |                                      |
| КП25016                  | Борщ с капустой и картофелем                                 | 250                    | 1,67             | 3,33  | 11,67    | 213,33                               |
| КП25047                  | Каша перловая рассыпчатая                                    | 165                    | 4,40             | 3,74  | 26,95    | 182,60                               |
| КП25090                  | Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным                | 100                    | 10,20            | 5,60  | 3,60     | 110,00                               |
| КП25028                  | Компот из смеси сухофруктов                                  | 200                    | 1,00             | 0,05  | 27,50    | 110,00                               |
| 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  | 103,50 |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                    | <b>92,64</b> | 24,91 | 19,62 | 105,42 | 837,43 |
|                              |                                    |              |       |       |        |        |
|                              |                                    |              |       |       |        |        |

#### 12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак

|                                 |                                                              |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП31016                         | Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное) | 100          | 1,70  | 14,10 | 6,00  | 158,00 |
| ЛК22566                         | Макароньы отварные с маслом растительным                     | 180          | 4,46  | 6,72  | 32,37 | 258,30 |
| КП25196                         | Соус томатный                                                | 25           | 0,25  | 1,13  | 1,50  | 17,50  |
| 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>84,47</b> | 10,61 | 22,55 | 65,57 | 578,80 |
|                                 |                                                              |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                              |              |       |       |       |        |

#### ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак

|                                 |                                                              |              |      |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------|------|-------|-------|--------|
| КП31016                         | Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное) | 100          | 1,70 | 14,10 | 6,00  | 158,00 |
| ЛК22566                         | Макароньы отварные с маслом растительным                     | 150          | 3,72 | 5,60  | 26,98 | 215,25 |
| КП25196                         | Соус томатный                                                | 25           | 0,25 | 1,13  | 1,50  | 17,50  |
| 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>76,96</b> | 9,07 | 21,31 | 56,34 | 512,15 |

#### ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед

|                              |                                                            |              |       |       |       |        |
|------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП25016                      | Борщ с капустой и картофелем                               | 230          | 1,53  | 3,07  | 10,73 | 196,27 |
| КП25047                      | Каша перловая рассыпчатая                                  | 150          | 4,00  | 3,40  | 24,50 | 166,00 |
| КП25008                      | Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным              | 90           | 8,10  | 4,50  | 2,90  | 84,00  |
| КП25028                      | Компот из смеси сухофруктов                                | 200          | 1,00  | 0,05  | 27,50 | 110,00 |
| 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  |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                            | <b>86,07</b> | 19,86 | 15,64 | 90,07 | 707,87 |
|                              |                                                            |              |       |       |       |        |
|                              |                                                            |              |       |       |       |        |

#### ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак

|                                 |                                                              |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП31016                         | Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное) | 100          | 1,70  | 14,10 | 6,00  | 158,00 |
| ЛАКТ183                         | Каша пшённая рассыпчатая                                     | 175          | 7,70  | 5,72  | 43,28 | 260,17 |
| 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  |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                              | <b>76,96</b> | 13,54 | 25,44 | 73,45 | 540,17 |

#### ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

|         |                              |     |      |      |       |        |
|---------|------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| КП25016 | Борщ с капустой и картофелем | 230 | 1,53 | 3,07 | 10,73 | 196,27 |
| КП25047 | Каша перловая рассыпчатая    | 150 | 4,00 | 3,40 | 24,50 | 166,00 |

|                              |                                    |              |       |       |       |        |
|------------------------------|------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП24219                      | Котлеты куриные "Наггетсы"         | 60           | 8,10  | 4,50  | 2,90  | 84,00  |
| СД00006                      | Компот из смеси сухофруктов "С"    | 200          | 0,44  | 0,09  | 2,56  | 48,00  |
| ШК00129                      | Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки | 65           | 5,27  | 9,10  | 23,83 | 149,50 |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                    | <b>86,07</b> | 19,34 | 20,16 | 64,53 | 643,77 |
|                              |                                    |              |       |       |       |        |
|                              |                                    |              |       |       |       |        |

**ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак**

|                                 |                                                              |              |      |       |       |        |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------|------|-------|-------|--------|
| КП31016                         | Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное) | 100          | 1,70 | 14,10 | 6,00  | 158,00 |
| ЛАК0072                         | Рагу из овощей                                               | 200          | 2,67 | 6,67  | 21,07 | 113,33 |
| СД00022                         | Чай б/сах                                                    | 200          | 0,90 | 0,02  | 9,50  | 30,00  |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                              | <b>84,47</b> | 5,27 | 20,79 | 36,57 | 301,33 |

**ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Обед**

|                              |                                 |              |       |       |       |        |
|------------------------------|---------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 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  |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                 | <b>92,64</b> | 18,50 | 16,56 | 21,34 | 277,25 |
|                              |                                 |              |       |       |       |        |
|                              |                                 |              |       |       |       |        |

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

\_\_\_\_ //  
\_\_\_\_ //  
\_\_\_\_