



СОГЛАСОВАНО:
Заведующий учреждения

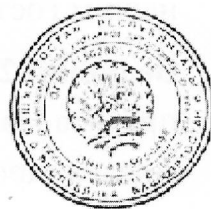
УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Аминева Рина Фаязовна/

Держага А.А.

МЕНЮ
на 03.12.2025 среда
МОБУ ЦО "Знание"



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

Аллер(глютен,мол.сахар)

1 Завтрак

ДП0074а	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	7,62	6,83	37,56	242,31
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		20,06	7,72	6,83	37,56	243,31

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

ДП00231	Салат из моркови	50,00	0,56	5,03	5,59	70,00
ДП0017А	Борщ с капуст. и карт.(без смет)	180,00	1,10	3,26	6,20	58,80
ДП380**	Гуляш (филе птицы)	25/25	8,23	8,59	1,44	160,00
ДП0065А	Картофель отварной	150,00	3,12	3,56	25,41	146,25
ДП0122А	Компот из свежих плодов(БС)	200,00	0,21	0,19	4,90	22,00
ИТОГО по: Обед		133,21	13,22	20,64	43,54	457,05

Полдник

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: Полдник		9,98	3,90	5,90	23,70	165,00

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

Аллер(сахар,молоко)

1 Завтрак

ДП0080А	Каша манная жидкая	170,00	3,09	3,86	19,43	126,95
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		15,83	4,99	4,56	31,35	188,78

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

ДП0231А	Салат из моркови	40,00	0,42	3,55	3,97	49,33
ДП0017А	Борщ с капуст. и карт.(без смет)	180,00	1,10	3,26	6,20	58,80
ДП380**	Гуляш (филе птицы)	25/25	8,23	8,59	1,44	160,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	130,00	4,71	4,16	30,58	178,23
ДП0122А	Компот из свежих плодов(БС)	200,00	0,21	0,19	4,90	22,00
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		113,06	17,20	20,10	63,25	549,69

Полдник

ДП0104А	Каша рисовая рассыпч.с изюмом	150,00	3,08	10,92	38,70	265,00
---------	-------------------------------	--------	------	-------	-------	--------

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
ИТОГО по: Полдник		34,36	4,61	11,11	47,65	309,33
Стоимость питания за день по категории		182,00				

Группа продл.дня 1-4 кл

Обед

ДП00419	Борщ с капуст. и карт.со смет.	225,00	4,48	5,80	25,50	125,12
ДП380**	Гуляш (Филе птицы)	25/25	8,23	8,59	1,44	160,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	155,00	5,00	4,90	56,28	193,23
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,16	0,16	18,89	78,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,00
ИТОГО по: Обед		79,73	21,11	19,88	122,73	659,36
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
ДП74000	Каша гречневая вязкая	180,00	3,34	6,27	37,80	168,39
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,29	0,58	26,86	130,29
ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	14,80	15,19	75,22	488,96
Стоимость питания за день по категории		71,09				

3 род.плата 5-11кл

1 Завтрак

ДП00170	Куриное филе, тушеное с овощами	70,00	8,37	9,73	1,72	180,13
ДП74000	Каша гречневая вязкая	180,00	3,35	6,28	37,80	168,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	16,00	16,60	75,46	514,63
Стоимость питания за день по категории		78,02				

3ММС/дети12 лет и старш

1 Завтрак

ДП00170	Куриное филе, тушеное с овощами	70,00	8,37	9,73	1,72	180,13
ДП00074	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	10,55	6,15	51,88	305,06
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	23,20	16,47	89,55	651,70
Стоимость питания за день по категории		78,02				

0 ММС/дети 7-11лет

Обед

ДП00419	Борщ с капуст. и карт.со смет.	225,00	4,48	5,80	25,50	125,12
ДП380**	Гуляш (Филе птицы)	25/25	8,23	8,59	1,44	160,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	155,00	5,00	4,90	56,28	193,23
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,16	0,16	18,89	78,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,00
ИТОГО по: Обед		79,73	21,11	19,88	122,73	659,36
Стоимость питания за день по категории		79,73				

0 род.плата 5-11кл

Обед

ДП00419	Борщ с капуст. и карт.со смет.	225,00	4,48	5,80	25,50	125,12
ДП380**	Гуляш (Филе птицы)	60,00	9,88	10,31	1,73	192,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06

ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,16	0,16	18,89	78,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,25
ИТОГО по: Обед		90,02	24,46	22,22	110,34	750,44
Стоимость питания за день по категории		90,02				

ОВЗ(1-4кл)

1 Завтрак

ДП00170	Куриное филе, тушеное с овощами	60,00	7,18	8,34	1,47	154,40
ДП74000	Каша гречневая вязкая	180,00	3,35	6,28	37,80	168,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50
ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	14,80	15,21	75,22	488,90

Обед

ДП00419	Борщ с капуст. и карт.со смет.	225,00	4,48	5,80	25,50	125,12
ДП380**	Гуляш (филе птицы)	25/25	8,23	8,59	1,44	160,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	155,00	5,00	4,90	56,28	193,23
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,16	0,16	18,89	78,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,00
ИТОГО по: Обед		79,73	21,11	19,88	122,73	659,36
Стоимость питания за день по категории		150,82				

ОВЗ(5-11кл)

1 Завтрак

ДП00170	Куриное филе, тушеное с овощами	70,00	8,37	9,73	1,72	180,13
ДП74000	Каша гречневая вязкая	180,00	3,35	6,28	37,80	168,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	16,00	16,60	75,46	514,63

Обед

ДП00419	Борщ с капуст. и карт.со смет.	225,00	4,48	5,80	25,50	125,12
ДП380**	Гуляш (филе птицы)	60,00	9,88	10,31	1,73	192,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,16	0,16	18,89	78,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,25
ИТОГО по: Обед		90,02	24,46	22,22	110,34	750,44
Стоимость питания за день по категории		168,04				

ОММС/дети12 лет и старш

Обед

ДП00419	Борщ с капуст. и карт.со смет.	225,00	4,48	5,80	25,50	125,12
ДП380**	Гуляш (филе птицы)	60,00	9,88	10,31	1,73	192,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,16	0,16	18,89	78,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,25
ИТОГО по: Обед		90,02	24,46	22,22	110,34	750,44
Стоимость питания за день по категории		90,02				

СВО (1-4)

1 Завтрак

ДП00170	Куриное филе, тушеное с овощами	60,00	7,18	8,34	1,47	154,40
ДП74000	Каша гречневая вязкая	180,00	3,35	6,28	37,80	168,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50

ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	14,80	15,21	75,22	488,90
Обед						
ДП00419	Борщ с капуст. и карт.со смет.	225,00	4,48	5,80	25,50	125,12
ДП380**	Гуляш (филе птицы)	25/25	8,23	8,59	1,44	160,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	155,00	5,00	4,90	56,28	193,23
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,16	0,16	18,89	78,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,00
ИТОГО по: Обед		79,73	21,11	19,88	122,73	659,36
Полдник						
ДП00170	Куриное филе, тушеное с овощами	60,00	7,18	8,34	1,47	154,40
ДП74000	Каша гречневая вязкая	180,00	3,35	6,28	37,80	168,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50
ИТОГО по: Полдник		71,09	14,80	15,21	75,22	488,90
Стоимость питания за день по категории		221,91				

СВО (5-11)

1 Завтрак						
ДП00170	Куриное филе, тушеное с овощами	70,00	8,37	9,73	1,72	180,13
ДП74000	Каша гречневая вязкая	180,00	3,35	6,28	37,80	168,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	16,00	16,60	75,46	514,63
Обед						
ДП00419	Борщ с капуст. и карт.со смет.	225,00	4,48	5,80	25,50	125,12
ДП380**	Гуляш (филе птицы)	60,00	9,88	10,31	1,73	192,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,16	0,16	18,89	78,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,25
ИТОГО по: Обед		90,02	24,46	22,22	110,34	750,44
Полдник						
ДП00170	Куриное филе, тушеное с овощами	70,00	8,37	9,73	1,72	180,13
ДП74000	Каша гречневая вязкая	180,00	3,35	6,28	37,80	168,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50
ИТОГО по: Полдник		78,02	16,00	16,60	75,46	514,63
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
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		37,09	4,73	4,11	38,75	219,35
2 Второй завтрак						
ДП00059	Йогурт питьевой	100,00	3,86	1,32	19,60	112,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		15,96	3,86	1,32	19,60	112,00
Обед						
ДП00231	Салат из моркови	50,00	0,56	5,03	5,59	70,00
Б00017А	Борщ с капуст. и карт.(без смет)	1/180	1,10	5,26	6,22	159,00
ДП00264	Сметана к пер.блюдам (прокип)	5,00	0,13	0,75	0,18	8,00
ДП380**	Гуляш (филе птицы)	25/25	8,23	8,59	1,44	160,00

ДП0144А	Макаронные изделия отварные	130,00	4,71	4,16	30,58	178,23
ДП00122	Компот из свежих плодов	200,00	0,16	0,16	18,89	78,00
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		98,1	17,41	24,30	79,06	734,56

Полдник

ДП00097	Каша пшенная молочная жидкая	150,00	5,53	6,14	26,64	183,53
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Полдник		30,84	6,96	6,33	44,67	262,86
Стоимость питания за день по категории		182,00				

Шеф-повар _____