

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/

МЕНЮ

на 20.01.2026 вторник
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП25049	Каша "Дружба" молочная	150	7,13	10,24	24,00	213,75
КП25116	Сыр "Голландский" порционный	10	3,00	1,60	2,00	61,00
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
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	13,92	12,72	56,66	478,15
Начальные классы Обед						
КП25115	Свекольник	230	2,30	5,30	9,60	120,00
КП25113	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	10,56	9,40	47,20	316,00
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
КП25023	Печенье в ассортименте	40	2,00	7,00	23,00	163,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	20,09	26,32	121,84	817,60
Старшие классы Завтрак						
КП25049	Каша "Дружба" молочная	200	9,50	13,66	32,00	285,00
КП25116	Сыр "Голландский" порционный	10	3,00	1,60	2,00	61,00
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
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	17,10	16,26	68,50	573,00
Старшие классы Обед						
КП25115	Свекольник	250	2,50	5,76	10,43	130,43
КП25183	Макароны отварные с соусом болоньезе(175/40)	215	13,76	12,25	61,50	412,00
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	103,50

КП25023	Печенье в ассортименте	40	2,00	7,00	23,00	1
ИТОГО по приему: Обед		92,64	25,90	31,91	148,23	993,

12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак

ЛАК0049	Каша "Дружба" б/м	210	11,76	14,28	28,00	268,80
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
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	16,36	15,28	62,50	495,80

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак

ЛАК0049	Каша "Дружба" б/м	160	8,96	10,88	21,33	204,80
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
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	12,76	11,76	51,99	408,20

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед

КП25115	Свекольник	230	2,30	5,30	9,60	120,00
КП25113	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	10,56	9,40	47,20	316,00
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
КП25023	Печенье в ассортименте	40	2,00	7,00	23,00	163,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	20,09	26,32	121,84	817,60

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак

СД00079	Каша "Дружба" б/с	150/4	8,40	10,20	20,00	192,00
КП25116	Сыр "Голландский" порционный	10	3,00	1,60	2,00	61,00
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
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	15,94	17,82	54,97	457,00

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

КП25115	Свекольник	230	2,30	5,30	9,60	120,00
КП25020	Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	165	9,71	8,71	14,66	194,70
СД24055	Компот яблочный б/сах	200	0,00	0,00	17,60	67,00

0129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	65	5,27	9,10	23,83	149,50
025023	Печенье в ассортименте	40	2,00	7,00	23,00	163,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	19,28	30,11	88,70	694,20

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

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
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	22,30	25,96	46,04	339,25

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
ИТОГО по приему: Обед		92,64	18,50	16,56	21,34	277,25

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

//

//