



УТВЕРЖДАЮ:
Директор

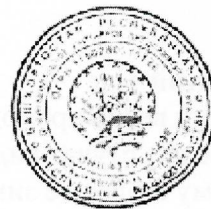
УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Аминева Рина Фаязовна/

МЕНЮ

на 12.09.2025 пятница
МОБУ ЦО "Знание"



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

Аллер(глютен, мол.сахар)

1 Завтрак

ДП097АА	Каша пшенная б/м/с	150,4	5,60	6,60	26,40	187,00
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		7,68	5,70	6,60	26,40	188,00

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00

Обед

ДП00244	Салат из свеклы с растительным маслом	50,00	0,88	4,22	5,34	63,33
ДП0276А	Суп из овощей	180,00	1,27	2,69	7,37	58,50
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	80,00	8,19	4,51	1,85	80,80
ДП0067А	Картофельное пюре	150,00	1,50	1,33	15,00	128,33
ДП0124А	Компот из смеси сухофр б/с	200,00	1,10	0,05	35,00	125,00
ИТОГО по: Обед		137,73	12,94	12,81	64,56	455,97

Полдник

ДП0105А	Каша рисовая рассыпчатая	150,00	3,64	5,36	37,14	211,69
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: Полдник		17,84	3,74	5,36	37,14	212,69
Стоимость питания за день по категории		182,00				

Аллер(сахар,молоко)

1 Завтрак

ДП0087А	Каша овсян, "Геркулес жидкая"	170,00	6,73	8,17	29,47	218,57
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ДП00371	Батон нарезной	20,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		17,81	8,63	8,87	41,40	280,40

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00

Обед

ДП00244	Салат из свеклы с растительным маслом	1,40	0,66	3,51	3,76	49,00
ДП0276А	Суп из овощей	180,00	1,27	2,69	7,37	58,50
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	80,00	8,19	4,51	1,85	80,80
ДП0067А	Картофельное пюре	150,00	1,50	1,33	15,00	128,33
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	30,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Обед		141,8	15,25	12,44	79,13	522,97

Полдник

ДП0105А	Каша рисовая рассыпчатая	150,00	3,64	5,36	37,14	211,69
---------	--------------------------	--------	------	------	-------	--------

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		18,64	5,17	5,55	46,09	256,03
Стоимость питания за день по категории		182,00				

Группа продл.дня 1-4 кл

Обед

ДП00420	Суп из овощей со смет.	225,00	1,68	4,01	9,16	79,02
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	60,00	11,46	11,53	26,76	241,71
ДП00067	Картофельное пюре	140,00	2,86	4,14	18,71	123,20
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		79,73	20,56	20,29	104,15	670,94
Стоимость питания за день по категории		79,73				

3 ММС/дети 7-11лет

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	145/5	4,84	4,74	54,46	187,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	18,41	18,07	86,93	520,33
Стоимость питания за день по категории		71,09				

3 род.плата 5-11кл

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДП33400	Чай с смесью витам.Витошка	200,00	0,00	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	20,44	18,90	67,88	553,06
Стоимость питания за день по категории		78,02				

3ММС/дети12 лет и старш

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДП33400	Чай с смесью витам.Витошка	200,00	0,00	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	20,44	18,90	67,88	553,06
Стоимость питания за день по категории		78,02				

0 ММС/дети 7-11лет

Обед

ДП00420	Суп из овощей со смет.	220,00	1,64	3,92	8,96	77,27
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	50,00	9,55	9,61	22,30	201,43
ДП00067	Картофельное пюре	130,00	2,65	3,85	17,38	114,40
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		79,73	18,40	17,99	98,15	620,10
Стоимость питания за день по категории		79,73				

0 род.плата 5-11кл

Обед

ДП00420	Суп из овощей со смет.	225,00	1,68	4,01	9,16	79,02
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	60,00	11,46	11,53	26,76	241,71
ДП00067	Картофельное пюре	140,00	2,86	4,14	18,71	123,20

ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ИТОГО по: Обед		90,02	21,27	20,39	108,63	692,69
Стоимость питания за день по категории		90,02				

ОВЗ(1-4кл)

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	145/5	4,84	4,74	54,46	187,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	18,41	18,07	86,93	520,33

Обед

ДП00420	Суп из овощей со смет.	220,00	1,64	3,92	8,96	77,27
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	50,00	9,55	9,61	22,30	201,43
ДП00067	Картофельное пюре	130,00	2,65	3,85	17,38	114,40
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		79,73	18,40	17,99	98,15	620,10
Стоимость питания за день по категории		150,82				

ОВЗ(5-11кл)

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДП33400	Чай с смесью витам.Витошка	200,00	0,00	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	20,44	18,90	67,88	553,06

Обед

ДП00420	Суп из овощей со смет.	225,00	1,68	4,01	9,16	79,02
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	60,00	11,46	11,53	26,76	241,71
ДП00067	Картофельное пюре	140,00	2,86	4,14	18,71	123,20
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ИТОГО по: Обед		90,02	21,27	20,39	108,63	692,69
Стоимость питания за день по категории		168,04				

ОММС/дети12 лет и старше

Обед

ДП00420	Суп из овощей со смет.	225,00	1,68	4,01	9,16	79,02
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	60,00	11,46	11,53	26,76	241,71
ДП00067	Картофельное пюре	140,00	2,86	4,14	18,71	123,20
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ИТОГО по: Обед		90,02	21,27	20,39	108,63	692,69
Стоимость питания за день по категории		90,02				

СВО (1-4)

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	145/5	4,84	4,74	54,46	187,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00

ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	18,41	18,07	86,93	520,33
Обед						
ДП00420	Суп из овощей со смет.	220,00	1,64	3,92	8,96	77,27
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	50,00	9,55	9,61	22,30	201,43
ДП00067	Картофельное пюре	130,00	2,65	3,85	17,38	114,40
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		79,73	18,40	17,99	98,15	620,10
Полдник						
СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	145/5	4,84	4,74	54,46	187,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ИТОГО по: Полдник		71,09	18,41	18,07	86,93	520,33
Стоимость питания за день по категории		221,91				

СВО (5-11)

1 Завтрак						
СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДП33400	Чай с смесью витам.Витошка	200,00	0,00	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	20,44	18,90	67,88	553,06
Обед						
ДП00420	Суп из овощей со смет.	225,00	1,68	4,01	9,16	79,02
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	60,00	11,46	11,53	26,76	241,71
ДП00067	Картофельное пюре	140,00	2,86	4,14	18,71	123,20
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ИТОГО по: Обед		90,02	21,27	20,39	108,63	692,69
Полдник						
СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДП33400	Чай с смесью витам.Витошка	200,00	0,00	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: Полдник		78,02	20,44	18,90	67,88	553,06
Стоимость питания за день по категории		246,06				

сад 10ч

1 Завтрак						
ДП00151	Масло порционное	5,00	0,04	3,63	0,07	33,00
ДП00087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	150,00	5,94	7,21	26,01	192,75
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		35,64	7,78	11,53	47,08	322,58
2 Второй завтрак						
ДП00340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00
Обед						
ДП00244	Салат из свеклы с растительным маслом	50,00	0,83	4,39	4,70	61,25
ДП00420	Суп из овощей со смет.	180,00	1,34	3,20	7,33	63,22
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	50,00	5,12	2,82	1,16	50,50
ДП00067	Картофельное пюре	130,00	2,82	4,37	19,10	75,83

ДП00124	Компот из смеси сухофр.	180,00	0,05	0,00	18,72	74,70
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		91,17	12,69	15,13	67,16	406,84
Полдник						
ДП00104	Каша рисовая рассыпч.с изюмом	130,00	2,60	8,06	34,23	219,27
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		36,45	4,03	8,25	52,27	298,60
Стоимость питания за день по категории		182,00				

Шеф-повар _____