

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/



МЕНЮ

на 13.03.2026 пятница
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9,33	10,80	25,33	288,00
КП26055	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	13,13	11,68	55,99	491,40

Начальные классы Обед						
КП26057	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	17,33	21,33	50,67	257,00
КП26090	Картофельное пюре	150	3,76	7,48	20,13	198,75
КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,00
КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,20	0,48	15,36	94,40
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3,24	5,60	14,67	92,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	36,63	39,43	131,22	836,15

Старшие классы Завтрак						
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9,33	10,80	25,33	288,00
КП26055	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	13,93	11,80	59,83	515,00

Старшие классы Обед						
КП26057	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	21,66	26,66	63,34	321,25
КП26090	Картофельное пюре	180	4,51	8,97	24,15	238,50
КП26008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	10,20	5,60	3,60	110,00
КП26075	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	50	4,05	7,00	18,33	115,00
ИТОГО по приему: Обед		92,64	45,43	48,88	156,12	1012,75

12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак

КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9,33	10,80	25,33	288,00
КП26055	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	13,93	11,80	59,83	515,00

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак

КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9,33	10,80	25,33	288,00
КП26055	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	13,13	11,68	55,99	491,40

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед

КП26057	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	17,33	21,33	50,67	257,00
ЛАК0012	Картофель отварной	150	3,00	3,30	22,50	134,00
КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,00
КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,20	0,48	15,36	94,40
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3,24	5,60	14,67	92,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	35,87	35,26	133,60	771,40

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак

КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	180	10,49	7,55	29,77	225,75
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
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	14,63	13,16	53,93	347,75

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

КП26057	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	17,33	21,33	50,67	257,00
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5,00	21,00	206,00
ЛК24070	Котлеты куриные "Наггетсы"	33	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
ИТОГО по приему: Обед		86,07	35,92	40,02	100,96	744,50

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

ДГ26013	Рагу из овощей	200	4,22	14,67	22,78	248,89
КП24149	Гуляш из куриного фарша	50	7,80	6,10	0,50	78,00
СД00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	12,92	20,79	32,78	356,89

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Обед

ЛКСДСОВ	Суп из овощей (В-2)	250	2,00	4,34	10,84	91,25
ЛК24149	Гуляш из куриного фарша	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

____ //
 _____ //
