

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/



МЕНЮ

на 13.01.2026 вторник
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП25041	Каша манная молочная	170	7,33	8,56	19,82	211,93
КП25042	Сырники из творога с соусом молочным	90	5,00	4,65	14,20	146,00
КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0,00	0,00	3,02	76,00
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	15,53	13,69	52,40	528,33
Начальные классы Обед						
КП25117	Салат из белокачанной капусты	80	1,80	1,40	18,00	84,00
КП25034	Суп с рисовой крупой	200	2,13	2,00	13,33	134,67
КП25113	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	10,56	9,40	47,20	316,00
КП25029	Напиток яблочный	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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	20,02	17,52	113,27	729,27
Старшие классы Завтрак						
КП25041	Каша манная молочная	200	8,63	10,07	23,32	249,33
КП25042	Сырники из творога с соусом молочным	90	5,00	4,65	14,20	146,00
КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0,00	0,00	3,02	76,00
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	17,63	15,32	59,74	589,33
Старшие классы Обед						
КП25117	Салат из белокачанной капусты	100	2,25	1,75	22,50	105,00
КП25034	Суп с рисовой крупой	250	2,67	2,50	16,67	168,33
КП25113	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	10,56	9,40	47,20	316,00
КП25029	Напиток яблочный	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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
ИТОГО по приему: Обед		92,64	23,42	20,65	132,37	853,83

12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак

ЛАК0001	Каша манная (без молока)	200	5,07	6,53	16,80	130,67
КП25121	Сырники из творога	60	11,20	2,20	10,90	109,00
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
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	20,47	9,33	53,40	384,67

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак

ЛАК0001	Каша манная (без молока)	170	4,31	5,55	14,28	111,07
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
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
ИТОГО по приему: Завтрак.		76,96	8,11	6,43	44,94	314,47

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед

КП25117	Салат из белокочанной капусты	80	1,80	1,40	18,00	84,00
КП25034	Суп с рисовой крупой	200	2,13	2,00	13,33	134,67
КП25113	Макаронные отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	10,56	9,40	47,20	316,00
КП25029	Напиток яблочный	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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	20,02	17,52	113,27	729,27

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак

СД00062	Каша манная молочная б/сах	170	3,17	6,69	16,09	130,30
КП25121	Сырники из творога	60	11,20	2,20	10,90	109,00
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
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	18,51	14,51	51,16	361,30

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

СД00020	Салат из белокочанной капусты б/сах	80	1,20	2,40	3,80	42,00
КП22567	Бульон овощной	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КП25020	Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	165	9,71	8,71	14,66	194,00
СД00093	Напиток яблочный б/с	200	0,00	0,00	17,60	67,00
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	65	5,27	9,10	23,83	149,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	16,18	20,21	59,90	453,00

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

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
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	3,97	7,09	39,37	225,33

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Обед

ЛКСДСОВ	Суп из овощей (В-2)	250	2,00	4,34	10,84	91,25
ЛАК2402	Капуста тушённая с куриным фаршем	200	3,14	4,72	13,42	108,00
СД00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
ИТОГО по приему: Обед		92,64	6,04	9,08	33,76	229,25

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

//

//