

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий учреждения

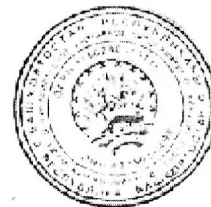
УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Аминева Рина Фаязовна/



МЕНЮ
на 30.09.2025 вторник
МОБУ ЦО "Знание"



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

Аллер(глютен,мол.сахар)

1 Завтрак

ДПО97АА	Каша пшенная б/м/с	150/4	5,60	6,60	26,40	187,00
ДПО0332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		7,23	5,70	6,60	26,40	188,00

2 Второй завтрак

ДПО0340	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

ДПО0001	Нарезка из помидоров	20,00	0,22	0,04	0,76	4,33
ДПО277А	Суп картофельный с бобовыми	180,00	6,81	6,08	13,32	154,80
ДПО0214	Рыба припущенная(филе минтая)	50,00	9,90	0,62	0,32	46,00
ДПО067А	Картофельное пюре	130,00	1,30	1,16	13,00	111,22
ДПО163А	Напиток яблочный б/с	200,00	0,20	0,10	17,20	68,00
ДПО0266	Соль	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по: Обед		125,33	18,43	8,00	44,60	384,36

Полдник

ДПО203А	Рагу из овощей	150,00	2,66	9,01	16,58	158,25
ДПО0332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: Полдник		30,69	2,76	9,01	16,58	159,25

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

Аллер(сахар,молоко)

1 Завтрак

ДПО087А	Каша овсян."Геркулес жидкая	170,00	6,73	8,17	29,47	218,57
ДПО0332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ДПО0371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		12,48	8,63	8,87	41,40	280,40

2 Второй завтрак

ДПО0340	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

ДПО0001	Нарезка из помидоров	20,00	0,22	0,04	0,76	4,33
ДПО277А	Суп картофельный с бобовыми	180,00	6,81	6,08	13,32	154,80
СРО0021	Биточки рыбные(минтай)**	1/50	7,10	6,61	8,15	120,00
ДПО067А	Картофельное пюре	130,00	1,30	1,16	13,00	111,22
ДПО163А	Напиток яблочный б/с	200,00	0,20	0,10	17,20	68,00
ДПО0004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДПО0005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ДПО0266	Соль	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по: Обед		119,47	18,16	14,33	68,58	539,69

Полдник

ДПО203А	Рагу из овощей	150,00	2,66	9,01	16,58	158,25
ДПО0332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ДПО0005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Полдник		31,31	4,19	9,20	25,53	202,58
Стоимость питания за день по категории		182,00				

Группа продл.дня 1-4 кл

Обед

ДПО277А	Суп картофельный с бобовыми	1/200	7,57	6,76	14,80	172,00
СРС0021	Биточки рыбные с соусом	50/50	9,38	12,52	19,09	178,00
ДПО0067	Картофельное пюре	130,00	2,65	3,85	17,38	114,40
ДПО0163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДПО0004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДПО0005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,00
ИТОГО по: Обед		79,73	22,94	23,67	98,30	674,40
Стоимость питания за день по категории		79,73				

3 ММС/дети 7-11лет

1 Завтрак

ДПО0341	Яйцо отварное	53,00	5,50	4,66	0,29	65,00
ДПО0087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	200,00	7,93	10,24	34,68	257,50
ДПО0334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДПО0005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	16,99	15,38	66,43	466,83
Стоимость питания за день по категории		71,09				

3 род.плата 5-11кл

1 Завтрак

ДПО0341	Яйцо отварное	53,00	5,50	4,66	0,29	65,00
ДПО0087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	220,00	8,72	11,26	38,14	283,25
ДПО0334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДПО0005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	18,50	16,50	74,37	514,25
Стоимость питания за день по категории		78,02				

3ММС/дети12 лет и старш

1 Завтрак

ДПО0341	Яйцо отварное	53,00	5,50	4,66	0,29	65,00
ДПО0087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	220,00	8,72	11,26	38,14	283,25
ДПО0334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДПО0005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	18,50	16,50	74,37	514,25
Стоимость питания за день по категории		78,02				

0 ММС/дети 7-11лет

Обед

ДПО277А	Суп картофельный с бобовыми	1/200	7,57	6,76	14,80	172,00
СРС0021	Биточки рыбные с соусом	50/50	9,38	12,52	19,09	178,00
ДПО0067	Картофельное пюре	130,00	2,65	3,85	17,38	114,40
ДПО0163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДПО0004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДПО0005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,00
ИТОГО по: Обед		79,73	22,94	23,67	98,30	674,40
Стоимость питания за день по категории		79,73				

0 род.плата 5-11кл

Обед

ДПО277А	Суп картофельный с бобовыми	220,00	8,33	7,44	16,28	189,20
---------	-----------------------------	--------	------	------	-------	--------

СРС0021	Биточки рыбные с соусом	50/50	9,38	12,52	19,09	178,00
ДП00067	Картофельное пюре	160,00	3,26	4,74	21,39	140,80
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		90,02	25,02	25,33	108,27	740,00
Стоимость питания за день по категории		90,02				

ОВЗ(1-4кл)

1 Завтрак

ДП00341	Яйцо отварное	53,00	5,50	4,66	0,29	65,00
ДП00087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	200,00	7,93	10,24	34,68	257,50
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	16,99	15,38	66,43	466,83

Обед

ДП0277А	Суп картофельный с бобовыми	1/200	7,57	6,76	14,80	172,00
СРС0021	Биточки рыбные с соусом	50/50	9,38	12,52	19,09	178,00
ДП00067	Картофельное пюре	140,00	2,86	4,14	18,71	123,20
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
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		79,73	22,43	23,87	95,16	661,53
Стоимость питания за день по категории		150,82				

ОВЗ(5-11кл)

1 Завтрак

ДП00341	Яйцо отварное	53,00	5,50	4,66	0,29	65,00
ДП00087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	220,00	8,72	11,26	38,14	283,25
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	18,50	16,50	74,37	514,25

Обед

ДП0277А	Суп картофельный с бобовыми	220,00	8,33	7,44	16,28	189,20
СРС0021	Биточки рыбные с соусом	50/50	9,38	12,52	19,09	178,00
ДП00067	Картофельное пюре	160,00	3,26	4,74	21,39	140,80
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		90,02	25,02	25,33	108,27	740,00
Стоимость питания за день по категории		168,04				

ОММС/дети12 лет и старш

Обед

ДП0277А	Суп картофельный с бобовыми	220,00	8,33	7,44	16,28	189,20
СРС0021	Биточки рыбные с соусом	50/50	9,38	12,52	19,09	178,00
ДП00067	Картофельное пюре	160,00	3,26	4,74	21,39	140,80
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		90,02	25,02	25,33	108,27	740,00
Стоимость питания за день по категории		90,02				

СВО (1-4)

1 Завтрак

ДП00341	Яйцо отварное	53,00	5,50	4,66	0,29	65,00
ДП00087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	200,00	7,93	10,24	34,68	257,50

ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
П000048	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		71,09	17,00	15,38	66,43	466,50

Обед

ДП0277А	Суп картофельный с бобовыми	1/200	7,57	6,76	14,80	172,00
СРС0021	Биточки рыбные с соусом	50/50	9,38	12,52	19,09	178,00
ДП00067	Картофельное пюре	140,00	2,86	4,14	18,71	123,20
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
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		79,73	22,43	23,87	95,16	661,53

Полдник

ДП00340	Яблоки	120,00	0,48	0,48	11,76	56,00
ВЫП0025	Маффины	1/100	15,33	15,80	53,36	413,00
ИТОГО по: Полдник		71,09	15,81	16,28	65,12	469,00
Стоимость питания за день по категории		221,91				

СВО (5-11)

1 Завтрак

ДП00341	Яйцо отварное	53,00	5,50	4,66	0,29	65,00
ДП00087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	220,00	8,72	11,26	38,14	283,25
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		78,02	18,50	16,50	74,37	514,25

Обед

ДП0277А	Суп картофельный с бобовыми	220,00	8,33	7,44	16,28	189,20
СРС0021	Биточки рыбные с соусом	50/50	9,38	12,52	19,09	178,00
ДП00067	Картофельное пюре	160,00	3,26	4,74	21,39	140,80
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		90,02	25,02	25,33	108,27	740,00

Полдник

ДП00340	Яблоки	120,00	0,48	0,48	11,76	56,00
ВЫП0025	Маффины	1/100	15,33	15,80	53,36	413,00
ИТОГО по: Полдник		78,02	15,81	16,28	65,12	469,00
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		33,29	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

ДП00001	Нарезка из помидоров	20,00	0,22	0,04	0,76	4,33
ДП0277А	Суп картофельный с бобовыми	180,00	6,81	6,08	13,32	154,80
СРС0021	Биточки рыбные(минтай)**	1/50	7,10	6,61	8,15	120,00
ДП00067	Картофельное пюре	130,00	2,65	3,85	17,38	114,40
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
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		96,39	19,41	17,03	82,16	581,87
Полдник						
ДП00171	Омлет натуральный	60,00	5,71	8,27	1,05	101,49
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		33,57	7,14	8,47	19,08	180,82
Стоимость питания за день по категории		182,00				

Шеф-повар _____