

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/

МЕНЮ

на 12.01.2026 понедельник
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5,00	21,00	206,00
КП25196	Соус томатный	25	0,25	1,13	1,50	17,50
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
КП25078	Йогурт	100	2,10	2,20	10,00	159,00
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	10,54	8,80	54,36	503,90
Начальные классы Обед						
КП25033	Суп-лапша домашняя	200	4,79	6,07	16,00	225,33
КП25021	Каша "Полтавская" рассыпчатая	150	2,35	3,60	14,00	145,83
КП25001	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9,30	5,30	3,20	104,00
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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	22,67	19,64	85,14	736,77
Старшие классы Завтрак						
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,75	6,00	25,20	247,20
КП25196	Соус томатный	25	0,25	1,13	1,50	17,50
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
КП25078	Йогурт	100	2,10	2,20	10,00	159,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	12,30	9,93	62,40	568,70
Старшие классы Обед						
КП25033	Суп-лапша домашняя	250	5,98	7,58	20,00	281,67
КП25021	Каша "Полтавская" рассыпчатая	165	2,58	3,96	15,40	160,42
КП25085	Котлеты куриные с соусом томатным	100	9,50	5,50	5,20	108,00
КП25028	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	45	3,65	6,30	16,50	10,00
ИТОГО по приему: Обед		92,64	26,71	23,99	103,80	881,56

12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак

КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,75	6,00	25,20	247,20
КП25196	Соус томатный	25	0,25	1,13	1,50	17,50
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	10,60	8,13	61,20	491,70

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак

КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5,00	21,00	206,00
КП25196	Соус томатный	25	0,25	1,13	1,50	17,50
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	8,84	7,01	53,16	426,90

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед

КП25033	Суп-лапша домашняя	200	4,79	6,07	16,00	225,33
КП25021	Каша "Полтавская" рассыпчатая	150	2,35	3,60	14,00	145,83
КП25001	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9,30	5,30	3,20	104,00
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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	22,67	19,64	85,14	736,77

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак

КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	175	5,59	5,83	24,50	240,33
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
КП25078	Йогурт	100	2,10	2,20	10,00	159,00
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	11,83	13,65	58,67	521,33

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

КП22567	Бульон овощной	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	150	4,00	3,40	24,50	166,00

КП25101	Котлеты куриные	60	9,30	5,30	3,20	104,00
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	19,01	17,89	54,09	467,50

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

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
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	4,44	5,14	31,72	220,00

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Обед

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
ИТОГО по приему: Обед		92,64	21,90	25,56	37,24	257,25

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

_____ //

_____ //
