

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/



Исаков



МЕНЮ

на 18.12.2025 четверг
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,00
КП25040	Макароны отварные с маслом	150	3,72	5,60	26,98	215,00
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
ИТОГО по приему: Завтрак		71,09	9,07	21,30	56,34	511,90

Начальные классы Обед						
КП25016	Борщ с капустой и картофелем	230	1,53	3,07	10,73	88,93
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	150	4,00	3,40	24,50	166,00
КП25008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,00
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	12,79	71,00
ИТОГО по приему: Обед		79,73	19,86	15,64	91,86	602,53

Старшие классы Завтрак						
КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста, морковь, лимон, масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,00
КП25040	Макароны отварные с маслом	180	4,46	6,72	32,38	258,00
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	50	4,00	0,60	19,20	118,00
ИТОГО по приему: Завтрак		78,02	10,61	22,55	65,58	578,50

Старшие классы Обед						
КП25016	Борщ с капустой и картофелем	250	1,67	3,33	11,67	96,67
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	165	4,40	3,74	26,95	182,60
КП25090	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	8,10	4,50	2,90	84,00
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	19,18	106,5
ИТОГО по приему: Обед		90,02	22,81	18,52	107,40	697,77

12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак

КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,00
ЛК22566	Макароны отварные с маслом растительным	180	4,46	6,72	32,37	258,30
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
ИТОГО по приему: Завтрак		78,02	10,61	22,55	65,57	578,80

Доп.питание (1-4кл.) Завтрак

Д08МДН9	Мандарин свежий	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		51,38	0,00	0,00	0,00	0,00

ДИ пищев.аллергия с 7-11 лет Завтрак

КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,00
ЛК22566	Макароны отварные с маслом растительным	150	3,72	5,60	26,98	215,25
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
ИТОГО по приему: Завтрак		71,09	9,07	21,31	56,34	512,15

ДИ пищев.аллергия с 7-11 лет Обед

КП25016	Борщ с капустой и картофелем	230	1,53	3,07	10,73	88,93
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	150	4,00	3,40	24,50	166,00
КП25008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,00
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	12,79	71,00
ИТОГО по приему: Обед		79,73	19,86	15,64	91,86	602,53

ДИ сахар.диабет с 7-11 лет Завтрак

КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,00
ЛАКТ183	Каша пшённая рассыпчатая	175	7,70	5,72	43,28	260,17
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	17,05	94,67

ИТОГО по приему: Завтрак		71,09	13,54	25,44	75,84	542,83
---------------------------------	--	--------------	-------	-------	-------	--------

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

КП25016	Борщ с капустой и картофелем	230	1,53	3,07	10,73	88,97
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	150	4,00	3,40	24,50	166,00
КП24219	Котлеты куриные "Наггетсы"	60	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	27,71	153,83
ИТОГО по приему: Обед		79,73	19,34	20,16	68,41	540,77

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,00
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
ИТОГО по приему: Завтрак		78,02	5,27	20,79	36,57	301,33

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Обед

ЛКСДСОВ	Суп из овощей (В-2)	250	2,00	4,34	10,84	91,25
АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	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		90,02	18,50	16,56	21,34	277,25

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

____ //
 _____ //
