

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/



*Исаков*



## МЕНЮ

на 04.02.2026 среда  
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки

| Код<br>блюда             | Наименование                                               | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическ<br>ая ценность,<br>ккал |
|--------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|--------------------------------------|
|                          |                                                            |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                      |
| Начальные классы Завтрак |                                                            |                        |                  |       |          |                                      |
| КП25046                  | Картофельное пюре                                          | 170                    | 4,26             | 8,47  | 22,81    | 225,25                               |
| КП25026                  | Фишболы рыбные с соусом томатным                           | 90                     | 9,33             | 5,08  | 10,67    | 125,00                               |
| 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                  | 16,99            | 14,03 | 55,34    | 471,65                               |
| Начальные классы Обед    |                                                            |                        |                  |       |          |                                      |
| КП25052                  | Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)     | 90                     | 1,82             | 1,80  | 20,25    | 108,00                               |
| КП25025                  | Суп гороховый с томатом                                    | 230                    | 8,63             | 5,75  | 17,40    | 238,05                               |
| КП25022                  | Гречка по-купечески                                        | 150                    | 8,83             | 7,92  | 13,33    | 176,67                               |
| КП25027                  | Чай с сахаром                                              | 200                    | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 27,00                                |
| 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                  | 24,71            | 20,09 | 81,92    | 701,32                               |
|                          |                                                            |                        |                  |       |          |                                      |
|                          |                                                            |                        |                  |       |          |                                      |
| Старшие классы Завтрак   |                                                            |                        |                  |       |          |                                      |
| КП25046                  | Картофельное пюре                                          | 200                    | 5,02             | 9,97  | 26,83    | 265,00                               |
| КП25091                  | Фишболы рыбные с соусом томатным                           | 100                    | 9,50             | 5,30  | 12,67    | 129,00                               |
| 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                  | 18,72            | 15,87 | 65,20    | 539,00                               |
| Старшие классы Обед      |                                                            |                        |                  |       |          |                                      |
| КП25052                  | Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)     | 100                    | 2,02             | 2,00  | 22,50    | 120,00                               |
| КП25025                  | Суп гороховый с томатом                                    | 250                    | 9,38             | 6,25  | 18,91    | 258,75                               |
| КП25022                  | Гречка по-купечески                                        | 165                    | 9,72             | 8,71  | 14,67    | 194,33                               |
| 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                               |
| ШК00129                  | Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки                         | 45                     | 3,65             | 6,30  | 16,50    | 103,50                               |
| ИТОГО по приему: Обед    |                                                            | 92,64                  | 28,96            | 23,86 | 98,28    | 821,58                               |

**12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак**

|                                 |                                                            |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ЛАКТ500                         | Каша гречневая рассыпчатая без масла                       | 200          | 11,20 | 7,20  | 46,13 | 298,67 |
| КП25091                         | Фишболы рыбные с соусом томатным                           | 100          | 9,50  | 5,30  | 12,67 | 129,00 |
| 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 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>84,47</b> | 24,90 | 13,10 | 84,50 | 572,67 |
|                                 |                                                            |              |       |       |       |        |
|                                 |                                                            |              |       |       |       |        |

**ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак**

|                                 |                                                            |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ЛАКТ500                         | Каша гречневая рассыпчатая без масла                       | 170          | 9,52  | 6,12  | 39,21 | 253,87 |
| КП25026                         | Фишболы рыбные с соусом томатным                           | 90           | 9,33  | 5,08  | 10,67 | 125,00 |
| 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  |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                                            | <b>76,96</b> | 22,25 | 11,68 | 71,74 | 500,27 |

**ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед**

|                              |                                                            |              |       |       |       |        |
|------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП25052                      | Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)     | 90           | 1,82  | 1,80  | 20,25 | 108,00 |
| КП25025                      | Суп гороховый с томатом                                    | 230          | 8,63  | 5,75  | 17,40 | 238,05 |
| КП25022                      | Гречка по-купечески                                        | 150          | 8,83  | 7,92  | 13,33 | 176,67 |
| КП25027                      | Чай с сахаром                                              | 200          | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 27,00  |
| 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  |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                            | <b>86,07</b> | 24,71 | 20,09 | 81,92 | 701,32 |
|                              |                                                            |              |       |       |       |        |
|                              |                                                            |              |       |       |       |        |

**ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак**

|                                 |                                    |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП25046                         | Картофельное пюре                  | 170          | 4,26  | 8,47  | 22,81 | 225,25 |
| КП25110                         | Фишболы рыбные                     | 60           | 9,33  | 5,08  | 10,67 | 125,00 |
| 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  |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                    | <b>76,96</b> | 17,73 | 19,17 | 57,65 | 472,25 |

**ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед**

|                              |                                                 |              |       |       |       |        |
|------------------------------|-------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| СД00018                      | Салат из моркови на растительном масле (б.сах.) | 90           | 1,24  | 9,00  | 6,59  | 110,25 |
| КП25025                      | Суп гороховый с томатом                         | 230          | 8,63  | 5,75  | 17,40 | 238,05 |
| КП25022                      | Гречка по-купечески                             | 150          | 8,83  | 7,92  | 13,33 | 176,67 |
| СД00022                      | Чай б/сах                                       | 200          | 0,90  | 0,02  | 9,50  | 30,00  |
| ШК00129                      | Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки              | 65           | 5,27  | 9,10  | 23,83 | 149,50 |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                 | <b>86,07</b> | 24,86 | 31,79 | 70,66 | 704,47 |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |

**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         |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                                   | <b>84,47</b> | <b>4,04</b> | <b>4,74</b> | <b>22,92</b> | <b>138,00</b> |

**ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Обед**

|                              |                             |              |              |              |              |               |
|------------------------------|-----------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| СД00002                      | Салат из моркови (б/сахара) | 100          | 2,02         | 2,00         | 22,50        | 120,00        |
| ЛКСДСОВ                      | Суп из овощей (В-2)         | 250          | 2,00         | 4,34         | 10,84        | 91,25         |
| ЛАК2267                      | Котлеты куриные             | 60           | 12,01        | 8,18         | 9,85         | 161,00        |
| СД00022                      | Чай б/сах                   | 200          | 0,90         | 0,02         | 9,50         | 30,00         |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                             | <b>92,64</b> | <b>16,93</b> | <b>14,54</b> | <b>52,69</b> | <b>402,25</b> |
|                              |                             |              |              |              |              |               |
|                              |                             |              |              |              |              |               |

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

\_\_\_\_ //  
 \_\_\_\_\_ //  
 \_\_\_\_\_