

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/

МЕНЮ

на 12.03.2026 четверг
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП26013	Котлеты мясные с соусом томатным	90	7,50	7,20	8,00	130,00
КП26091	Макароны отварные с маслом	170	4,22	6,35	30,58	243,67
КП26055	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	15,12	14,03	60,44	495,07

Начальные классы Обед						
КП26045	Борщ с капустой и картофелем	250	1,67	3,33	11,67	213,33
КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	200	11,65	8,38	33,08	250,83
КП26112	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
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3,24	5,60	14,67	92,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	19,76	17,80	77,79	726,57

Старшие классы Завтрак						
КП26014	Котлеты мясные с соусом томатным	100	10,00	8,00	10,00	140,00
КП26091	Макароны отварные с маслом	200	4,96	7,47	35,97	286,67
КП26055	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	19,16	16,07	71,67	571,67

Старшие классы Обед						
КП26045	Борщ с капустой и картофелем	250	1,67	3,33	11,67	213,33
КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	230	13,40	9,64	38,04	288,46
КП26112	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	60	4,80	0,72	23,04	141,60
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	60	4,86	8,40	22,00	138,00
ИТОГО по приему: Обед		92,64	24,72	22,09	97,76	857,39

12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак

КП26014	Котлеты мясные с соусом томатным	100	10,00	8,00	10,00	14,00
ЛК22566	Макароны отварные с маслом растительным	200	4,96	7,47	35,97	287,00
КП26055	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	19,16	16,07	71,67	572,00

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак

КП26013	Котлеты мясные с соусом томатным	90	7,50	7,20	8,00	130,00
ЛК22566	Макароны отварные с маслом растительным	170	4,22	6,35	30,57	243,95
КП26055	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	15,12	14,03	60,43	495,35

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед

КП26045	Борщ с капустой и картофелем	250	1,67	3,33	11,67	213,33
КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	200	11,65	8,38	33,08	250,83
КП26112	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
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3,24	5,60	14,67	92,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	19,76	17,80	77,79	726,57

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак

ЛАКТ183	Каша пшённая рассыпчатая	175	7,70	5,72	43,28	260,17
ДГ26003	Котлеты мясные	60	7,50	7,20	8,00	130,00
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	19,34	18,54	75,45	512,17

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

КП25016	Борщ с капустой и картофелем	230	1,53	3,07	10,73	196,27
КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	150	8,74	6,29	24,81	188,13
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
ИТОГО по приему: Обед		86,07	16,44	18,47	68,87	563,89

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

ДГ26013	Рагу из овощей	200	4,22	14,67	22,78	248,89
СД00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	5,12	14,69	32,28	278,89

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		92,64	18,50	16,56	21,34	277,25

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

____ //
 ____ //
