

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/



МЕНЮ

на 12.12.2025 пятница
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП25048	Спагетти отварные с маслом	160	3,30	5,34	19,41	139,2
КП25093	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,0
КП25032	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,0
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,20	0,48	15,36	94,4
ИТОГО по приему: Завтрак		71,09	15,26	13,07	43,02	411,6
Начальные классы Обед						
КП25039	Рассольник ленинградский с крупой перловой	230	1,99	4,60	14,26	184,0
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,58	3,13	37,73	193,3
КП25006	Биточки рыбные с соусом томатным	90	9,33	5,08	10,67	125,0
КП25029	Напиток яблочный	200	0,30	0,10	10,30	43,0
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,80	0,42	13,44	82,6
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	30	2,43	4,20	12,79	71,0
ИТОГО по приему: Обед		79,73	20,44	17,53	99,19	698,93
Старшие классы Завтрак						
КП25048	Спагетти отварные с маслом	200	4,12	6,68	24,26	174,00
КП25093	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
КП25032	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	16,88	14,53	51,71	470,00
Старшие классы Обед						
КП25039	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	2,17	5,00	15,50	200,00
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	165	3,94	3,45	41,50	212,67
КП25088	Биточки рыбные с соусом томатным	100	9,33	5,08	10,67	125,00
КП25029	Напиток яблочный	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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	106,50
ИТОГО по приему: Обед		90,02	23,38	20,53	116,35	805,17

12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак

ЛАК2492	Спагетти отварные с маслом растительным	200	4,12	6,68	24,26	174,00
КП25093	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
КП25032	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	16,88	14,53	51,71	470,00

Доп.питание (1-4кл.) Завтрак

ПОК0266	Вафли "Золотце моё"	1шт.	0,00	0,00	0,00	0,00
Пок0004	Сок 0,2	200	0,60	0,40	12,00	156,00
ИТОГО по приему: Завтрак		51,38	0,60	0,40	12,00	156,00

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак

ЛАК2492	Спагетти отварные с маслом растительным	160	3,30	5,34	19,41	139,20
КП25009	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	90	7,50	7,20	8,00	130,00
КП25032	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	15,26	13,07	43,02	411,60

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед

КП25039	Рассольник ленинградский с крупой перловой	230	1,99	4,60	14,26	184,00
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,58	3,13	37,73	193,33
КП25006	Биточки рыбные с соусом томатным	90	9,33	5,08	10,67	125,00
КП25029	Напиток яблочный	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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	20,44	17,53	99,19	698,93

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак

КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	160	5,11	5,33	22,40	219,73
ЛК24074	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб"	50	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	17,05	94,67
ИТОГО по приему: Завтрак		71,09	16,75	18,15	56,95	474,40

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

КП25039	Рассольник ленинградский с крупой перловой	230	1,99	4,60	14,26	184,00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

АКТ183	Каша пшённая рассыпчатая	150	6,60	4,90	37,10	223,0
КП25096	Биточки рыбные	60	9,33	5,08	10,67	125,0
СД00093	Напиток яблочный б/с	200	0,00	0,00	17,60	67,0
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	65	5,27	9,10	27,71	153,8
ИТОГО по приему: Обед		79,73	23,19	23,68	107,34	752,8

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

ЛАК2402	Капуста тушённая с куриным фаршем	200	3,14	4,72	13,42	108,0
СД00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,0
ИТОГО по приему: Завтрак		78,02	4,04	4,74	22,92	138,0

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

____ //
 _____ //
