

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна /

Исакова



МЕНЮ

на 11.03.2026 среда
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП26079	Каша манная молочная	170	7,33	8,56	19,82	211,93
КП26114	Сырники из творога с соусом молочным	90	5,00	4,65	14,20	146,00
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
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	15,53	13,69	52,40	528,33
Начальные классы Обед						
КП26059	Суп картофельный с вермишелью	200	1,33	3,41	13,47	151,00
КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5,00	21,00	206,00
КП26003	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9,30	5,30	3,20	104,00
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
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3,24	5,60	14,67	92,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	22,06	19,79	74,20	674,40
Старшие классы Завтрак						
КП26079	Каша манная молочная	210	9,06	10,57	24,49	261,80
КП26114	Сырники из творога с соусом молочным	90	5,00	4,65	14,20	146,00
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	50	4,00	0,60	19,20	118,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	18,06	15,82	60,91	601,80
Старшие классы Обед						
КП26059	Суп картофельный с вермишелью	250	1,66	4,26	16,84	188,75
КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,75	6,00	25,20	247,20
КП26004	Котлеты куриные с соусом томатным	100	10,30	6,30	5,20	114,00
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
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	50	4,05	7,00	18,33	115,00
ИТОГО по приему: Обед		92,64	25,96	24,16	91,27	809,95

12 лет и ст/пищ.аллергия 2 Завтрак

ЛАК0001	Каша манная (без молока)	210	5,32	6,86	17,64	137,20
КП25121	Сырники из творога	60	11,20	2,20	10,90	109,00
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	50	4,00	0,60	19,20	118,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	20,52	9,66	50,76	440,20

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак

ЛАК0001	Каша манная (без молока)	170	4,31	5,55	14,28	111,07
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,40	0,40	8,80	82,00
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
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	7,91	6,43	41,46	363,47

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед

КП26059	Суп картофельный с вермишелью	200	1,33	3,41	13,47	151,00
КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5,00	21,00	206,00
КП26003	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9,30	5,30	3,20	104,00
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
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3,24	5,60	14,67	92,00
ИТОГО по приему: Обед		86,07	22,06	19,79	74,20	674,40

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак

СД00062	Каша манная молочная б/сах	150	2,80	5,90	14,20	115,00
КП25121	Сырники из творога	60	11,20	2,20	10,90	109,00
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	18,14	13,72	49,27	346,00

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

КП22567	Бульон овощной	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5,00	21,00	206,00
ДГ26001	Котлеты куриные	60	9,30	5,30	3,20	104,00
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	20,26	19,42	57,53	489,50

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

ЛКСДСОВ	Суп из овощей (В-2)	250	2,00	4,34	10,84	91,25
СД00042	Болоньеze 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: Завтрак		84,47	21,90	25,56	37,24	257,25

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

_____ //

_____ //
