

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/

МЕНЮ

на 16.01.2026 пятница
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,30	3,76	45,27	232,00
КП25007	Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	90	6,30	4,20	8,65	98,00
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	14,00	8,44	75,78	451,40
Начальные классы Обед						
КП25024	Рассольник овощной	200	1,80	3,40	13,00	118,00
КП25048	Спагетти отварные с маслом	150	9,75	5,25	53,55	292,50
КП25009	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	90	7,50	7,20	8,00	130,00
КП25043	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	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	24,28	20,47	102,01	768,10
Старшие классы Завтрак						
КП25089	Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	100	6,50	4,50	12,65	118,00
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	200	4,78	4,18	50,30	257,78
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	15,48	9,28	88,65	520,78
Старшие классы Обед						
КП25024	Рассольник овощной	250	2,25	4,25	16,25	147,50
КП25048	Спагетти отварные с маслом	165	10,72	5,78	58,91	321,75
КП25093	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	7,80	7,50	10,20	134,00
КП25043	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
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	45	3,65	6,30	16,50	103,50
ИТОГО по приему: Обед		92,64	28,42	24,43	124,08	900,75

12 лет и ст/пищ.аллергия2 Завтрак

КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	200	4,78	4,18	50,30	257,78
КП25089	Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	100	6,50	4,50	12,65	118,00
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	15,48	9,28	88,65	520,78

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак

КП25007	Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	90	6,30	4,20	8,65	98,00
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,30	3,76	45,27	232,00
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	14,00	8,44	75,78	451,40

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед

КП25024	Рассольник овощной	200	1,80	3,40	13,00	118,00
ЛАК2492	Спагетти отварные с маслом растительным	150	3,09	5,01	18,20	130,50
КП25009	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	90	7,50	7,20	8,00	130,00
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	17,82	20,23	70,14	557,10

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак

КП25197	Голубцы ленивые "Детские"	60	6,30	4,20	8,65	118,00
КП22629	Каша пшённая рассыпчатая	180	7,92	5,88	44,52	267,60
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	18,36	15,70	77,34	507,60

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед

КП25024	Рассольник овощной	200	1,80	3,40	13,00	118,00
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5,00	21,00	206,00
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	65	5,27	9,10	23,83	149,50
ИТОГО по приему: Обед		86,07	20,26	24,72	75,33	633,50

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

ЛАК0072	Рагу из овощей	200	2,67	6,67	21,07	113,33
КП24149	Гуляш из куриного фарша	50	7,80	6,10	0,50	78,00
СД00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	11,37	12,79	31,07	221,33

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Обед

ЛКСДСОВ	Суп из овощей (В-2)	250	2,00	4,34	10,84	91,25
ЛК24149	Гуляш из куриного фарша	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

//

//