

СОГЛАСОВАНО:
Заведующий учреждения

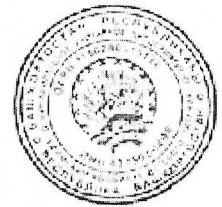
УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Аминева Рина Фаязовна/



МЕНЮ
на 13.03.2026 пятница
МОБУ ЦО "Знание"



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	

Аллер(сахар,молоко)

1 Завтрак

ДП0087А	Каша овсян."Геркулес жидкая	170,00	6,73	8,17	29,47	218,57
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ДП00371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		13,11	8,63	8,87	41,40	280,40

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00

Обед

ДПП0029	Винегрет овощной(без лука)	50,00	0,58	4,25	3,17	53,33
ДП0276А	Суп из овощей	180,00	1,27	2,69	7,37	58,50
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	80,00	8,19	4,51	1,85	80,80
ДП0067А	Картофельное пюре	150,00	1,50	1,33	15,00	128,33
ДП0124А	Компот из смеси сухофр б/с	200,00	1,10	0,05	35,00	125,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Обед		138,3	15,17	13,18	78,54	527,30

Полдник

ДП0105А	Каша рисовая рассыпчатая	150,00	3,64	5,36	37,14	211,69
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Полдник		18,84	5,17	5,55	46,09	256,03
Стоимость питания за день по категории		189,00				

Дети (1-4кл)

1 Завтрак

СМС0010	Котлеты "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	145/5	4,84	4,74	54,46	187,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		76,96	18,41	18,07	86,93	520,33

Обед

ДП00420	Суп из овощей со смет.	220,00	1,64	3,92	8,96	77,27
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	50,00	9,55	9,61	22,30	201,43
ДП00067	Картофельное пюре	130,00	2,65	3,85	17,38	114,40
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		86,07	18,34	17,99	86,43	573,10

Полдник

СМС0010	Котлеты "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	145/5	4,84	4,74	54,46	187,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ИТОГО по: Полдник		76,96	18,41	18,07	86,93	520,33
Стоимость питания за день по категории		239,99				

Дети с 12лет и старше

1 Завтрак

СМС0010	Котлеты "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		84,47	20,44	18,87	76,94	588,06

Обед

ДП00420	Суп из овощей со смет.	225,00	1,68	4,01	9,16	79,02
ДП0220а	Рыба туш с овощ(Филе минтая)	60,00	11,46	11,53	26,76	241,71
ДП00067	Картофельное пюре	140,00	2,86	4,14	18,71	123,20
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	1,65	0,23	10,80	57,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ИТОГО по: Обед		92,64	21,21	20,39	96,91	645,69

Полдник

СМС0010	Котлеты "Мясные" с соусом	50/50	10,00	12,85	1,01	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	170,00	6,16	5,44	39,99	233,06
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ИТОГО по: Полдник		84,47	20,44	18,87	76,94	588,06
Стоимость питания за день по категории		261,58				

сад 10ч

1 Завтрак

ДП00151	Масло порционное	5,00	0,04	3,63	0,07	33,00
ДП00087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	150,00	5,94	7,21	26,01	192,75
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		39,88	7,78	11,53	47,08	322,58

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00

Обед

ДПП0029	Винегрет овощной(без лука)	50,00	0,58	4,25	3,17	53,33
ДП00420	Суп из овощей со смет.	180,00	1,34	3,20	7,33	63,22
ДП0220а	Рыба туш с овощ(Филе минтая)	50,00	5,12	2,82	1,16	50,50
ДП00067	Картофельное пюре	130,00	2,82	4,37	19,10	75,83
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	180,00	0,05	0,00	18,72	74,70
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Обед		103	12,45	14,99	65,62	398,92

Полдник

ДП00101	Каша рисовая молочная вязкая	130,00	8,22	10,49	24,05	180,65
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Полдник		27,37	9,65	10,69	42,08	259,98
Стоимость питания за день по категории		189,00				