

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

Исакова Гузель Фагимовна/



Исаков



МЕНЮ

на 21.01.2026 среда
МОБУ СОШ №1 Киргиз-Мияки

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП25046	Картофельное пюре	170	4,26	8,47	22,81	225,25
КП25026	Фишболы рыбные с соусом томатным	90	9,33	5,08	10,67	125,00
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	16,99	14,03	55,34	471,65
Начальные классы Обед						
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	90	1,82	1,80	20,25	108,00
КП25025	Суп гороховый с томатом	230	8,63	5,75	17,40	238,00
КП25022	Гречка по-купечески	150	8,83	7,92	13,33	176,65
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	24,71	20,09	81,92	701,30
Старшие классы Завтрак						
КП25046	Картофельное пюре	200	5,02	9,97	26,83	265,00
КП25091	Фишболы рыбные с соусом томатным	100	9,50	5,30	12,67	129,00
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	18,72	15,87	65,20	539,00
Старшие классы Обед						
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	100	2,02	2,00	22,50	120,00
КП25025	Суп гороховый с томатом	250	9,38	6,25	18,91	258,00
КП25022	Гречка по-купечески	165	9,72	8,71	14,67	194,00
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
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	45	3,65	6,30	16,50	103,00
ИТОГО по приему: Обед		92,64	28,96	23,86	98,28	821,00

12 лет и ст/пищ.аллергия 2 Завтрак						
ЛАКТ500	Каша гречневая рассыпчатая без масла	200	11,20	7,20	46,13	298,67
КП25091	Фишболы рыбные с соусом томатным	100	9,50	5,30	12,67	129,00
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	24,90	13,10	84,50	572,67

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Завтрак						
ЛАКТ500	Каша гречневая рассыпчатая без масла	170	9,52	6,12	39,21	253,87
КП25026	Фишболы рыбные с соусом томатным	90	9,33	5,08	10,67	125,00
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	22,25	11,68	71,74	500,27

ДИ пищ.аллергия с 7-11 ле Обед						
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	90	1,82	1,80	20,25	108,00
КП25025	Суп гороховый с томатом	230	8,63	5,75	17,40	238,05
КП25022	Гречка по-купечески	150	8,83	7,92	13,33	176,67
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	24,71	20,09	81,92	701,32

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Завтрак						
125046	Картофельное пюре	170	4,26	8,47	22,81	225,25
25110	Фишболы рыбные	60	9,33	5,08	10,67	125,00
00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3,24	5,60	14,67	92,00
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	17,73	19,17	57,65	472,25

ДИ сах.диабет с 7-11 лет Обед						
0018	Салат из моркови на растительном масле (б.сах.)	90	1,24	9,00	6,59	110,25
5025	Суп гороховый с томатом	230	8,63	5,75	17,40	238,05
5022	Гречка по-купечески	150	8,83	7,92	13,33	176,67
0022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
0129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	65	5,27	9,10	23,83	149,50
ИТОГО по приему: Обед		86,07	24,86	31,79	70,66	704,47

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Завтрак

ЛАК2402	Капуста тушённая с куриным фаршем	200	3,14	4,72	13,42	108,00
СД00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	4,04	4,74	22,92	138,00

ДИ сах.диаб.с 12 лет и ст Обед

СД00002	Салат из моркови (б/сахара)	100	2,02	2,00	22,50	120,00
ЛКСДСОВ	Суп из овощей (В-2)	250	2,00	4,34	10,84	91,25
ЛАК2267	Котлеты куриные	60	12,01	8,18	9,85	161,00
СД00022	Чай б/сах	200	0,90	0,02	9,50	30,00
ИТОГО по приему: Обед		92,64	16,93	14,54	52,69	402,25

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

//

//