

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ
на 15.11.2021 понедельник
СОШ № 1 с.Инзер

| Код блюда | Наименование | Выход блюда (гр) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------|---|------------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ММС 1-4 класс Завтрак | | | | | | |
| ШК00007 | Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками | 60,00 | 0,84 | 6,12 | 3,60 | 72,60 |
| ШК00058 | Каша гречневая рассыпчатая | 180,00 | 9,90 | 8,37 | 43,11 | 286,20 |
| ШК00126 | Чай с сахаром | 200,00 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный | 50,00 | 1,26 | 1,00 | 30,00 | 180,00 |
| ШК00001 | Сыр твердых сортов в нарезке | 11,00 | 2,57 | 3,23 | 0,00 | 38,87 |
| СОЛЬЙОД | Соль йодированная | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 57,43 | 14,77 | 18,72 | 83,21 | 604,67 |

| | | | | | | |
|---------------------------------|---|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ММС 5-11 класс Завтрак | | | | | | |
| ШК00007 | Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками | 80,00 | 1,12 | 8,16 | 4,80 | 96,80 |
| ШК00058 | Каша гречневая рассыпчатая | 200,00 | 11,00 | 9,30 | 47,90 | 318,00 |
| ШК00126 | Чай с сахаром | 200,00 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный | 60,00 | 1,51 | 1,20 | 36,00 | 216,00 |
| ШК00001 | Сыр твердых сортов в нарезке | 12,00 | 2,80 | 3,52 | 0,00 | 42,40 |
| СОЛЬЙОД | Соль йодированная | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 64,32 | 16,63 | 22,18 | 95,20 | 700,20 |

| | | | | | | |
|---------------------------------|---|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ОВЗ с 1-4 класс Завтрак | | | | | | |
| ШК00007 | Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками | 60,00 | 0,84 | 6,12 | 3,60 | 72,60 |
| ШК00058 | Каша гречневая рассыпчатая | 180,00 | 9,90 | 8,37 | 43,11 | 286,20 |
| ШК00126 | Чай с сахаром | 200,00 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный | 50,00 | 1,26 | 1,00 | 30,00 | 180,00 |
| ШК00001 | Сыр твердых сортов в нарезке | 11,00 | 2,57 | 3,23 | 0,00 | 38,87 |
| СОЛЬЙОД | Соль йодированная | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 57,43 | 14,77 | 18,72 | 83,21 | 604,67 |

| | | | | | | |
|------------------------------|---|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ОВЗ с 1-4 класс Обед | | | | | | |
| ШК10031 | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский | 200,00 | 1,30 | 3,64 | 8,76 | 73,00 |
| 0000034 | Сметана для заправки | 5,00 | 0,14 | 1,00 | 0,66 | 11,00 |
| ШК00107 | Плов из отварной говядины | 240,00 | 18,34 | 18,53 | 46,27 | 425,28 |
| ШК00137 | Компот из вишни | 180,00 | 0,27 | 0,09 | 9,27 | 38,70 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный | 50,00 | 1,26 | 1,00 | 30,00 | 180,00 |
| ШК00129 | Хлеб ржаной(для детского питания) | 30,00 | 2,60 | 1,00 | 12,80 | 71,00 |
| СОЛЬЙОД | Соль йодированная | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ИТОГО по приему: Обед | | 64,23 | 23,91 | 25,26 | 107,76 | 798,98 |

| | | | | | | |
|---------------------------------|---|--------|-------|------|-------|--------|
| ОВЗ с 5-11 класс Завтрак | | | | | | |
| ШК00007 | Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками | 80,00 | 1,12 | 8,16 | 4,80 | 96,80 |
| ШК00058 | Каша гречневая рассыпчатая | 200,00 | 11,00 | 9,30 | 47,90 | 318,00 |
| ШК00126 | Чай с сахаром | 200,00 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный | 60,00 | 1,51 | 1,20 | 36,00 | 216,00 |
| ШК00001 | Сыр твердых сортов в нарезке | 12,00 | 2,80 | 3,52 | 0,00 | 42,40 |

| | | | | | | |
|---------------------------------|-------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| СОЛЬЙОД | Соль йодированная | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 64,32 | 16,63 | 22,18 | 95,20 | 700,20 |

ОВЗ с 5-11 класс Обед

| | | | | | | |
|------------------------------|---|--------------|-------|-------|--------|--------|
| ШК10031 | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский | 250,00 | 1,63 | 4,55 | 10,95 | 91,25 |
| 0000034 | Сметана для заправки | 5,00 | 0,14 | 1,00 | 0,66 | 11,00 |
| ШК00107 | Плов из отварной говядины | 280,00 | 21,39 | 21,62 | 53,98 | 496,16 |
| ШК00137 | Компот из вишни | 200,00 | 0,30 | 0,10 | 10,30 | 43,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный | 60,00 | 1,51 | 1,20 | 36,00 | 216,00 |
| ШК00129 | Хлеб ржаной(для детского питания) | 40,00 | 3,47 | 1,33 | 17,07 | 94,67 |
| СОЛЬЙОД | Соль йодированная | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ИТОГО по приему: Обед | | 74,20 | 28,44 | 29,80 | 128,96 | 952,08 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Учащиеся 1-4 классы Завтрак

| | | | | | | |
|---------------------------------|---|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ШК00007 | Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками | 60,00 | 0,84 | 6,12 | 3,60 | 72,60 |
| ШК00058 | Каша гречневая рассыпчатая | 180,00 | 9,90 | 8,37 | 43,11 | 286,20 |
| ШК00126 | Чай с сахаром | 200,00 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный | 50,00 | 1,26 | 1,00 | 30,00 | 180,00 |
| ШК00001 | Сыр твердых сортов в нарезке | 11,00 | 2,57 | 3,23 | 0,00 | 38,87 |
| СОЛЬЙОД | Соль йодированная | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 57,43 | 14,77 | 18,72 | 83,21 | 604,67 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Учащиеся 5-11 классы Завтрак

| | | | | | | |
|---------------------------------|---|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ШК00007 | Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками | 80,00 | 1,12 | 8,16 | 4,80 | 96,80 |
| ШК00058 | Каша гречневая рассыпчатая | 200,00 | 11,00 | 9,30 | 47,90 | 318,00 |
| ШК00126 | Чай с сахаром | 200,00 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный | 60,00 | 1,51 | 1,20 | 36,00 | 216,00 |
| ШК00001 | Сыр твердых сортов в нарезке | 12,00 | 2,80 | 3,52 | 0,00 | 42,40 |
| СОЛЬЙОД | Соль йодированная | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 64,32 | 16,63 | 22,18 | 95,20 | 700,20 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |