



**СОГЛАСОВАНО:**  
**Руководитель образовательного учреждения**  
*О.А. Аксаева*

**УТВЕРЖДАЮ:**  
**Директор**

*С.П.*

*Байбурин Р.В.*



**МЕНЮ**  
**на 21.09.2023 четверг**  
**МАОУ СОШ №10**



| Код блюда                           | Наименование | Выход блюда (гр) | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------|--------------|------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                                     |              |                  | Белки            | Жиры        | Углеводы     |                               |
| <b>Начальные классы</b>             |              |                  |                  |             |              |                               |
| <b>Доп.питание</b>                  |              |                  |                  |             |              |                               |
| Пок0004                             | Сок 0,2      | 200              | 1,00             | 0,20        | 20,20        | 92,00                         |
| <b>ИТОГО по приему: Доп.питание</b> |              | <b>18,00</b>     | <b>1,00</b>      | <b>0,20</b> | <b>20,20</b> | <b>92,00</b>                  |

|                                 |  |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>Начальные классы</b>         |  |              |              |              |              |               |
| <b>Завтрак</b>                  |  |              |              |              |              |               |
| КП22124                         | Каша манная молочная                           | 170          | 4,27         | 6,64         | 19,82        | 155,27        |
| КП22564                         | Сырники из творога с соусом молочным           | 90           | 5,00         | 5,47         | 14,20        | 201,00        |
| КП22003                         | Чай с сахаром                                  | 200          | 0,20         | 0,00         | 6,50         | 27,00         |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) | 40           | 3,20         | 0,48         | 15,36        | 94,40         |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |  | <b>64,44</b> | <b>12,67</b> | <b>12,59</b> | <b>55,88</b> | <b>477,67</b> |

|                              |  |              |              |              |              |               |
|------------------------------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>Обед</b>                  |  |              |              |              |              |               |
| КП22170                      | Салат из свеклы (свекла, масло раст.)          | 60           | 0,45         | 0,60         | 18,00        | 99,00         |
| КП22156                      | Суп картофельный с лапшой домашней             | 200          | 3,87         | 2,85         | 17,65        | 225,33        |
| КП22547                      | Каша гречневая рассыпчатая с мясом             | 175          | 11,86        | 13,07        | 14,89        | 197,36        |
| КП22002                      | Компот из вишни                                | 200          | 0,30         | 0,10         | 10,30        | 43,00         |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) | 35           | 2,80         | 0,42         | 13,44        | 82,60         |
| ШК00129                      | Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами     | 30           | 2,43         | 4,20         | 12,79        | 71,00         |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |  | <b>72,54</b> | <b>21,71</b> | <b>21,24</b> | <b>87,08</b> | <b>718,29</b> |

|                                       |  |              |              |              |              |               |
|---------------------------------------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>2Обед 2 смена</b>                  |  |              |              |              |              |               |
| КП22170                               | Салат из свеклы (свекла, масло раст.)          | 60           | 0,45         | 0,60         | 18,00        | 99,00         |
| КП22156                               | Суп картофельный с лапшой домашней             | 200          | 3,87         | 2,85         | 17,65        | 225,33        |
| КП22547                               | Каша гречневая рассыпчатая с мясом             | 175          | 11,86        | 13,07        | 14,89        | 197,36        |
| КП22002                               | Компот из вишни                                | 200          | 0,30         | 0,10         | 10,30        | 43,00         |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) | 35           | 2,80         | 0,42         | 13,44        | 82,60         |
| ШК00129                               | Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами     | 30           | 2,43         | 4,20         | 12,79        | 71,00         |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |  | <b>72,54</b> | <b>21,71</b> | <b>21,24</b> | <b>87,08</b> | <b>718,29</b> |

|  |  |              |              |              |              |               |
|--|--|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>2Полдник 2 смена</b>                  |  |              |              |              |              |               |
| КП22124                                  | Каша манная молочная                           | 170          | 4,27         | 6,64         | 19,82        | 155,27        |
| КП22564                                  | Сырники из творога с соусом молочным           | 90           | 5,00         | 5,47         | 14,20        | 201,00        |
| КП22003                                  | Чай с сахаром                                  | 200          | 0,20         | 0,00         | 6,50         | 27,00         |
| 0000065                                  | Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) | 40           | 3,20         | 0,48         | 15,36        | 94,40         |
| <b>ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена</b> |  | <b>64,44</b> | <b>12,67</b> | <b>12,59</b> | <b>55,88</b> | <b>477,67</b> |

|                                 |  |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>Старшие классы</b>           |  |              |              |              |              |               |
| <b>Завтрак</b>                  |  |              |              |              |              |               |
| КП22125                         | Каша манная молочная                           | 200          | 8,14         | 9,65         | 26,50        | 211,00        |
| КП22564                         | Сырники из творога с соусом молочным           | 90           | 5,00         | 5,47         | 14,20        | 201,00        |
| КП22003                         | Чай с сахаром                                  | 200          | 0,20         | 0,00         | 6,50         | 27,00         |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) | 50           | 4,00         | 0,60         | 19,20        | 118,00        |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |  | <b>73,20</b> | <b>17,34</b> | <b>15,72</b> | <b>66,40</b> | <b>557,00</b> |

|             |                                       |     |       |       |       |        |
|-------------|---------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| <b>Обед</b> |                                       |     |       |       |       |        |
| КП22170     | Салат из свеклы (свекла, масло раст.) | 100 | 0,75  | 1,00  | 30,00 | 165,00 |
| КП22156     | Суп картофельный с лапшой домашней    | 250 | 4,83  | 3,57  | 22,07 | 281,67 |
| КП22547     | Каша гречневая рассыпчатая с мясом    | 175 | 11,86 | 13,07 | 14,89 | 197,36 |