

Руководитель образовательного учреждения

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./

МОБУ
СОШ №21
г. Белорецк

МЕНЮ

на 25.01.2023 среда
МОБУ СОШ № 21 г.Белорецк

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
ММС с 12 лет и старше Завтрак						
КП22384	Сложный гарнир: картофельное пюре, свекла отварная, рыба тушеная в томатном соусе с овощами	260	11,20	14,15	30,30	380,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	1,01	0,80	24,00	144,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	12,41	14,95	60,80	551,00

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак						
КП22385	Сложный гарнир: картофельное пюре, свекла отварная, рыба тушеная в томатном соусе с овощами	300	4,28	1,20	24,95	140,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	5,74	2,20	61,45	347,00

ОВЗ с 12 лет и старше Обед						
КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	180	4,46	7,32	39,33	242,10
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ИТОГО по приему: Обед		84,45	19,76	21,60	137,40	966,43

Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак						
КП22385	Сложный гарнир: картофельное пюре, свекла отварная, рыба тушеная в томатном соусе с овощами	300	4,28	1,20	24,95	140,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	5,74	2,20	61,45	347,00

Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена						
КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	180	4,46	7,32	39,33	242,10
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00

0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	19,76	21,60	137,40	966,43

Уч-ся с 12 лет и старше 2Полдник 2 смена

КП22385	Сложный гарнир: картофельное пюре, свекла отварная, рыба тушеная в томатном соусе с овощами	300	4,28	1,20	24,95	140,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		73,20	5,74	2,20	61,45	347,00

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

КП22384	Сложный гарнир: картофельное пюре, свекла отварная, рыба тушеная в томатном соусе с овощами	260	11,20	14,15	30,30	380,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	1,01	0,80	24,00	144,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	12,41	14,95	60,80	551,00

Уч-ся с 7-11 лет 2Обед 2 смена

КП22228	Суп картофельный с бобовыми и гречками	230	9,20	10,74	22,00	230,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	150	3,72	6,10	32,77	201,75
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	55	1,39	1,10	33,00	198,00
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,60	1,00	12,80	71,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		72,54	18,51	23,76	102,71	835,75

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Завтрак

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	40	0,80	2,10	3,20	38,00
КП22176	Картофельное пюре	150	4,75	8,75	20,13	187,50
КП22339	Куриное филе, тушенное с овощами	50	10,80	4,40	1,90	99,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	17,81	16,25	61,72	531,50



контрольное блюдо МОБУ СОШ 21