

**СОГЛАСОВАНО:**  
Руководитель образовательного учреждения

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор

/Набиуллин Р.Р./

МОБУ  
СОШ №21  
г. Белорецк



**МЕНЮ**  
**на 16.02.2023 четверг**  
**МОБУ СОШ № 21 г.Белорецк**

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>MMC с 12 лет и старше Завтрак</b>						
КП22256	Каша рисовая с куриным филе	300	9,20	18,17	34,67	373,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>73,20</b>	14,46	18,82	58,12	537,33
<b>MMC с 12 лет и старше Обед 2 смена</b>						
КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
КП22387	Сложный гарнир: каша гречневая рассыпчатая, мясная подлива, винегрет овощной	230	10,81	15,64	35,19	330,00
КП22007	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	5,60	0,84	32,48	162,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
<b>ИТОГО по приему: Обед 2 смена</b>		<b>84,45</b>	28,34	24,55	139,20	896,73
<b>ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак</b>						
КП22256	Каша рисовая с куриным филе	300	9,20	18,17	34,67	373,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>73,20</b>	14,46	18,82	58,12	537,33
<b>ОВЗ с 12 лет и старше Обед</b>						
КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
КП22387	Сложный гарнир: каша гречневая рассыпчатая, мясная подлива, винегрет овощной	230	10,81	15,64	35,19	330,00
КП22007	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	5,60	0,84	32,48	162,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
<b>ИТОГО по приему: Обед</b>		<b>84,45</b>	28,34	24,55	139,20	896,73
<b>ОВЗ с 12 лет и старше 2Обед 2 смена</b>						
КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
КП22387	Сложный гарнир: каша гречневая рассыпчатая, мясная подлива, винегрет овощной	230	10,81	15,64	35,19	330,00
КП22007	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	5,60	0,84	32,48	162,40

ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	
<b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b>		<b>84,45</b>	28,34	24,55	139,20	896,

**ОВЗ с 12 лет и старше 2Полдник 2 смена**

КП22256	Каша рисовая с куриным филе	300	9,20	18,17	34,67	373,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
<b>ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена</b>		<b>73,20</b>	14,46	18,82	58,12	537,33

**СВО с 12 лет и старше Завтрак**

КП22256	Каша рисовая с куриным филе	300	9,20	18,17	34,67	373,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>73,20</b>	14,46	18,82	58,12	537,33

**СВО с 12 лет и старше 2Обед 2 смена**

КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
КП22387	Сложный гарнir: каша гречневая рассыпчатая, мясная подлива, винегрет овощной	230	10,81	15,64	35,19	330,00
КП22007	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	5,60	0,84	32,48	162,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
<b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b>		<b>84,45</b>	28,34	24,55	139,20	896,73

**Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак**

КП22256	Каша рисовая с куриным филе	300	9,20	18,17	34,67	373,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>73,20</b>	14,46	18,82	58,12	537,33

**Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена**

КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
КП22387	Сложный гарнir: каша гречневая рассыпчатая, мясная подлива, винегрет овощной	230	10,81	15,64	35,19	330,00
КП22007	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	5,60	0,84	32,48	162,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
<b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b>		<b>84,45</b>	28,34	24,55	139,20	896,73

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

КП22256	Каша рисовая с куриным филе	300	9,20	18,17	34,67	373,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
<b>ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена</b>		<b>73,20</b>	14,46	18,82	58,12	537,33

Контрольное

ДЕН СОШ №21

