

СОГЛАСОВАНО:
руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./

МЕНЮ

на 19.09.2022 понедельник
СОШ № 18 г.Белорецк



№ п/п	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дети ДИ с 5-11 класс Завтрак						
54	Салат из моркови	70	1,42	1,40	15,75	84,00
73	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,28	4,68	29,99	194,13
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	10,44	8,77	84,01	504,13
Дети ДИ с 5-11 класс Обед						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	250	3,33	11,67	50,00	305,00
55	Плов из куриного филе	230	23,61	23,92	23,31	352,67
02	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	70	1,76	1,40	42,00	252,00
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Обед		77,54	33,34	38,75	146,94	1071,00
ММС 5-11 класс Завтрак						
54	Салат из моркови	70	1,42	1,40	15,75	84,00
73	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,28	4,68	29,99	194,13
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	10,44	8,77	84,01	504,13
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	250	3,33	11,67	50,00	305,00
55	Плов из куриного филе	230	23,61	23,92	23,31	352,67
02	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	70	1,76	1,40	42,00	252,00
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	33,34	38,75	146,94	1071,00
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
54	Салат из моркови	60	1,22	1,20	13,50	72,00
73	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,72	4,32	27,68	179,20
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		59,76	9,67	8,21	79,45	477,20

ОВЗ с 1-4 класс Обед

156	Суп картофельный с лапшой домашней	230	3,07	10,73	46,00	
155	Плов из куриного филе	170	17,45	17,68	17,23	
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	39,00	234,00
0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	40	3,47	1,33	17,07	94,68
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Обед		67,12	25,92	31,15	129,59	912,93

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

156	Суп картофельный с лапшой домашней	230	3,07	10,73	46,00	280,60
155	Плов из куриного филе	170	17,45	17,68	17,23	260,67
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	39,00	234,00
0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Обед 2 смена		67,12	25,92	31,15	129,59	912,93

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

154	Салат из моркови	60	1,22	1,20	13,50	72,00
173	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,72	4,32	27,68	179,20
234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	9,67	8,21	79,45	477,20

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

154	Салат из моркови	70	1,42	1,40	15,75	84,00
173	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,28	4,68	29,99	194,13
234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		67,21	10,44	8,77	84,01	504,13

ОВЗ с 5-11 класс Обед

156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	3,33	11,67	50,00	305,00
155	Плов из куриного филе	230	23,61	23,92	23,31	352,67
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	70	1,76	1,40	42,00	252,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Обед		77,54	33,34	38,75	146,94	1071,00

ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена

156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	3,33	11,67	50,00	305,00
155	Плов из куриного филе	230	23,61	23,92	23,31	352,67
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	70	1,76	1,40	42,00	252,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Обед 2 смена		77,54	33,34	38,75	146,94	1071,00

ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена

154	Салат из моркови	70	1,42	1,40	15,75	84,00
173	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,28	4,68	29,99	194,13
234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	10,44	8,77	84,01	504,13

Учащиеся 1-4 классы Завтрак						
54	Салат из моркови	60	1,22	1,20	13,50	72,00
73	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,72	4,32	27,68	179,20
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
35	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: Завтрак		59,76	9,67	8,21	79,45	477,20
Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	230	3,07	10,73	46,00	280,60
55	Плов из куриного филе	170	17,45	17,68	17,23	260,67
02	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
35	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	39,00	234,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: 2Обед 2 смена		67,12	25,92	31,15	129,59	912,93
Учащиеся 5-11 классы Завтрак						
54	Салат из моркови	70	1,42	1,40	15,75	84,00
73	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,28	4,68	29,99	194,13
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
35	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: Завтрак		67,21	10,44	8,77	84,01	504,13
Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	250	3,33	11,67	50,00	305,00
55	Плов из куриного филе	230	23,61	23,92	23,31	352,67
02	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
35	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	70	1,76	1,40	42,00	252,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: 2Обед 2 смена		77,54	33,34	38,75	146,94	1071,00

КОНТРОЛЬНОЕ

БЛЮДО

МОБУ СОШ 18(8)



КОНТРОЛЬНОЕ

БЛЮДО

МОБУ СОШ 18(8)

