

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образовательного учреждения

МОБУ
СОШ №21
г. Белорецк
УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./

МЕНЮ
на 26.01.2023 четверг
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

КП22377	Сложный гарнир: капуста тушенная, каша рисовая с куриным филе	260	9,80	8,50	22,00	367,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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	12,81	14,30	64,00	586,00

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

КП22456	Сложный гарнир: капуста тушенная, каша рисовая с куриным филе	300	11,31	9,81	28,38	423,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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	14,57	15,81	76,38	678,00

ОВЗ с 12 лет и старше Обед

КП22039	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,88	5,61	27,38	111,00
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,60	4,80	25,20	216,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22169	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00
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	18,58	18,33	147,91	941,33

Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак

КП22456	Сложный гарнир: капуста тушенная, каша рисовая с куриным филе	300	11,31	9,81	28,38	423,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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	14,57	15,81	76,38	678,00

Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22039	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,88	5,61	27,38	111,00
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,60	4,80	25,20	216,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22169	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00

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	18,58	18,33	147,91	941,33

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

КП22456	Сложный гарнир: капуста тушенная, каша рисовая с куриным филе	300	11,31	9,81	28,38	423,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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	14,57	15,81	76,38	678,00

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

КП22377	Сложный гарнир: капуста тушенная, каша рисовая с куриным филе	260	9,80	8,50	22,00	367,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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	12,81	14,30	64,00	586,00

Уч-ся с 7-11 лет 2Обед 2 смена

КП22038	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	230	5,75	12,65	4,60	96,60
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,50	4,00	21,00	180,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
КП22169	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00
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	19,24	23,60	103,40	789,60

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Завтрак

КП22154	Салат из моркови	100	2,02	2,00	22,50	120,00
КП22155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
КП22164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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	20,69	23,60	85,70	605,00

Контрольное блюдо МОБУ СОШ 21

