

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Исакова Г.Ф.,

МЕНЮ

на 04.12.2025 четверг
МОБУ СОШ № 21 г.Белорецк



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,0
КП25040	Макароны отварные с маслом	150	3,72	5,60	26,98	215,0
КП25196	Соус томатный	25	0,25	1,13	1,50	17,5
КП25027	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,0
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,20	0,48	15,36	92,8
ИТОГО по приему: Завтрак		71,09	9,07	21,30	56,34	510,3
Начальные классы Обед						
КП25016	Борщ с капустой и картофелем	230	1,53	3,07	10,73	88,9
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	150	4,00	3,40	24,50	166,0
КП25008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,0
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,0
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,80	0,42	13,44	81,2
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,43	4,20	10,61	69,0
ИТОГО по приему: Обед		79,73	19,86	15,64	89,68	599,1
Начальные классы 2Обед 2 смена						
КП25016	Борщ с капустой и картофелем	230	1,53	3,07	10,73	88,9
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	150	4,00	3,40	24,50	166,0
КП25008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,0
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,0
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,80	0,42	13,44	81,2
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,43	4,20	10,61	69,0
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		79,73	19,86	15,64	89,68	599,1
Начальные классы 2Полдник 2 смена						
КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,0
КП25040	Макароны отварные с маслом	150	3,72	5,60	26,98	215,0
КП25196	Соус томатный	25	0,25	1,13	1,50	17,5
КП25027	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,0
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,20	0,48	15,36	92,8
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		71,09	9,07	21,30	56,34	510,3

Старшие классы Завтрак

КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,00
КП25040	Макароны отварные с маслом	180	4,46	6,72	32,38	258,00
КП25196	Соус томатный	25	0,25	1,13	1,50	17,50
КП25027	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	19,20	116,00
ИТОГО по приему: Завтрак		78,02	10,61	22,55	65,58	576,50

Старшие классы Обед

КП25016	Борщ с капустой и картофелем	250	1,67	3,33	11,67	96,67
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	165	4,40	3,74	26,95	182,60
КП25090	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	8,10	4,50	2,90	84,00
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	19,20	116,00
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,65	6,30	15,91	103,50
ИТОГО по приему: Обед		90,02	22,81	18,52	104,13	692,77

Старшие классы 2Обед 2 смена

КП25016	Борщ с капустой и картофелем	250	1,67	3,33	11,67	96,67
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	165	4,40	3,74	26,95	182,60
КП25090	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	8,10	4,50	2,90	84,00
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	19,20	116,00
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,65	6,30	15,91	103,50
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		90,02	22,81	18,52	104,13	692,77

Старшие классы 2Полдник 2 смена

КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,00
КП25040	Макароны отварные с маслом	180	4,46	6,72	32,38	258,00
КП25196	Соус томатный	25	0,25	1,13	1,50	17,50
КП25027	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	19,20	116,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		78,02	10,61	22,55	65,58	576,50

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Завтрак

КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	100	1,70	14,10	6,00	158,00
ЛК22566	Макароны отварные с маслом растительным	160	3,97	5,98	28,78	229,60
КП25196	Соус томатный	25	0,25	1,13	1,50	17,50
КП25027	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00

65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,20	0,48	15,36	92,80
ИТОГО по приему: Завтрак		71,09	9,32	21,68	58,14	524,90

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Обед

КП25016	Борщ с капустой и картофелем	230	1,53	3,07	10,73	88,93
ЛАК1022	Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным	150	4,35	7,05	33,52	215,25
КП25008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,00
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,80	0,42	13,44	81,20
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,43	4,20	10,61	69,00
ИТОГО по приему: Обед		79,73	20,21	19,29	98,71	648,38

Доп.питание (1-4 кл.) Завтрак

КП25023	Печенье в ассортименте	40	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		27,84	0,00	0,00	0,00	0,00

**Контрольное
блюдо**

**МОБУ СОШ № 21
г. Белорецк**



**Контрольное
блюдо**

**МОБУ СОШ № 21
г. Белорецк**

