

КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО МОБУ СОШ 18(8)



СОГЛАСОВАНО:
руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./

МЕНЮ

на 22.09.2022 четверг
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						
14	Салат из моркови	100	2,03	2,00	22,50	120,00
15	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
14	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	25,82	28,80	90,77	681,67
Дети ДИ с 5-11 класс Обед						
10	Суп с пшенной крупой	250	2,17	5,67	48,33	298,33
14	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
18	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
5	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
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Обед		77,54	10,04	12,47	161,06	916,42
ММС 5-11 класс Завтрак						
14	Салат из моркови	100	2,03	2,00	22,50	120,00
15	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
14	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	25,82	28,80	90,77	681,67
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
10	Суп с пшенной крупой	250	2,17	5,67	48,33	298,33
14	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
18	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
5	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
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	10,04	12,47	161,06	916,42
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
14	Салат из моркови	100	2,03	2,00	22,50	120,00
15	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
14	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
15	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		59,76	20,69	23,60	85,70	605,00
ОВЗ с 1-4 класс Обед						
10	Суп с пшенной крупой	230	1,99	5,21	44,47	274,47

34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	
08	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	39,00	
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	40	3,47	1,33	17,07	
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	
по приему: Обед		67,12	8,88	11,59	149,93	850

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

90	Суп с пшенной крупой	230	1,99	5,21	44,47	274,42
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
08	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	39,00	234,00
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		67,12	8,88	11,59	149,93	850,88

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

34	Салат из моркови	100	2,03	2,00	22,50	120,00
5	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
34	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	20,69	23,60	85,70	605,00

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

34	Салат из моркови	100	2,03	2,00	22,50	120,00
5	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
34	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	25,82	28,80	90,77	681,67

ОВЗ с 5-11 класс Обед

0	Суп с пшенной крупой	250	2,17	5,67	48,33	298,33
4	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
6	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
8	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
5	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
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Обед		77,54	10,04	12,47	161,06	916,42

ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена

0	Суп с пшенной крупой	250	2,17	5,67	48,33	298,33
4	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
6	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
8	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
5	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
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	10,04	12,47	161,06	916,42

ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена

4	Салат из моркови	100	2,03	2,00	22,50	120,00
5	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
4	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	25,82	28,80	90,77	681,67

Учащиеся 1-4 классы Завтрак						
4	Салат из моркови	100	2,03	2,00	22,50	120,00
55	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
54	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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	20,69	23,60	85,70	605,00
Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена						
90	Суп с пшенной крупой	230	1,99	5,21	44,47	274,47
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
08	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	39,00	234,00
29	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
по приему: 2Обед 2 смена		67,12	8,88	11,59	149,93	850,88
Учащиеся 5-11 классы Завтрак						
54	Салат из моркови	100	2,03	2,00	22,50	120,00
55	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
54	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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	25,82	28,80	90,77	681,67
Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена						
90	Суп с пшенной крупой	250	2,17	5,67	48,33	298,33
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	0,28	1,19	1,77	19,00
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
08	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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	10,04	12,47	161,06	916,42