

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МОБУ
СОШ №21
г. Белорецк

/Набиуллин Р.Р./

МЕНЮ
на 03.02.2023 пятница
МОБУ СОШ № 21 г.Белорецк



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
MMC с 12 лет и старше Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	38,33	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежезамороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	18,33	19,36	70,82	550,00

MMC с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	1,64	4,55	10,95	91,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	180	4,46	7,32	39,33	242,10
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежезамороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
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
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	17,64	19,19	106,23	748,83

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	38,33	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежезамороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
ИТОГО по приему: Завтрак						
73,20		18,33	19,36	70,82		550,00

ОВЗ с 12 лет и старше Обед

КП22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	1,64	4,55	10,95	91,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	180	4,46	7,32	39,33	242,10
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежезамороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
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
ИТОГО по приему: Обед		84,45	17,64	19,19	106,23	748,83

ОВЗ с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	1,64	4,55	10,95	91
КП22167	Макароны отварные с маслом	180	4,46	7,32	39,33	242,1
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежезамороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
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
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	17,64	19,19	106,23	748,83

ОВЗ с 12 лет и старше 2Полдник 2 смена

КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	38,33	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежезамороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		73,20	18,33	19,36	70,82	550,00

СВО с 12 лет и старше Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	38,33	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежезамороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	18,33	19,36	70,82	550,00

СВО с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	1,64	4,55	10,95	91,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	180	4,46	7,32	39,33	242,10
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежезамороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
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
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	17,64	19,19	106,23	748,83

Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	38,33	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежезамороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	18,33	19,36	70,82	550,00

Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	1,64	4,55	10,95	91,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	180	4,46	7,32	39,33	242,10

Контрольное блюдо

СОШ №21

