

СОГЛАСОВАНО:
/руководитель образовательного учреждения
/ /

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./




МЕНЮ
на 17.10.2022 понедельник
СОШ № 18 г.Белорецк

№ да	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дополнительное питание Доп.питание						
00	Яблоки свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,20
28	Пастила фруктовая	25	0,60	0,00	14,75	66,25
) по приему: Доп.питание		38,81	1,24	0,64	30,43	141,45
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	8,00	69,00	4,40	115,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	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	18,16	76,58	86,64	600,13
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
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	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	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	8,00	69,00	4,40	115,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	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	17,39	76,02	82,08	573,20

ОВЗ с 1-4 класс Обед

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

ОВЗ с 1-4 класс 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
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
10Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		67,12	25,92	31,15	129,59	912,93

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

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	8,00	69,00	4,40	115,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	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	17,39	76,02	82,08	573,20

ОВЗ 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	8,00	69,00	4,40	115,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	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	18,16	76,58	86,64	600,13

ОВЗ 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

5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО 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 железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО 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	8,00	69,00	4,40	115,00
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	18,16	76,58	86,64	600,13

Учащиеся 1-4 классы Завтрак

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	8,00	69,00	4,40	115,00
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: Завтрак		59,76	17,39	76,02	82,08	573,20

Учащиеся 1-4 классы 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 железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: 2Обед 2 смена		67,12	25,92	31,15	129,59	912,93

Учащиеся 5-11 классы Завтрак						
34	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	8,00	69,00	4,40	115,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
35	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
10Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		67,21	18,16	76,58	86,64	600,13
Учащиеся 5-11 классы 20Бед 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
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
10Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: 20Бед 2 смена		77,54	33,34	38,75	146,94	1071,00

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**

