

СОГЛАСОВАНО:
руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ

на 18.11.2022 пятница
СОШ № 18 г.Белорецк



№ п/п	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дополнительное питание Доп.питание						
19	Апельсин	260	1,27	1,20	169,00	208,00
по приему: Доп.питание		38,81	1,27	1,20	169,00	208,00
ММС 5-11 класс Завтрак						
57	Макароны отварные с маслом	200	4,96	6,30	43,70	269,00
30	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/40	8,30	6,90	6,00	130,00
01	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,26	0,05	0,25	4,00
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	14,78	14,25	79,95	583,00
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
39	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,84	5,50	26,84	109,00
73	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,59	3,81	20,71	134,33
78	Котлеты куриные с подливом овощным	60/40	13,00	8,70	10,20	161,00
59	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00
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
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	25,53	21,08	141,09	850,67
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
57	Макароны отварные с маслом	160	3,97	5,04	34,96	215,20
22	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/30	6,20	7,00	6,10	123,00
01	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,26	0,05	0,25	4,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	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	11,69	13,09	71,31	522,20
ОВЗ с 1-4 класс Обед						
15	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	230/5	1,60	5,20	8,10	84,00

3	Каша гречневая рассыпчатая	120	4,24	3,52	19,12	
8	Котлеты куриные с подливом овощным	60/40	13,00	8,70	10,20	
9	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
9	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
0Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Обед		67,12	23,94	20,05	113,49	773,67

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	230/5	1,60	5,20	8,10	84,00
3	Каша гречневая рассыпчатая	120	4,24	3,52	19,12	124,00
8	Котлеты куриные с подливом овощным	60/40	13,00	8,70	10,20	161,00
9	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
9	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
0Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		67,12	23,94	20,05	113,49	773,67

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

7	Макароны отварные с маслом	160	3,97	5,04	34,96	215,20
2	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/30	6,20	7,00	6,10	123,00
1	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,26	0,05	0,25	4,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
0Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	11,69	13,09	71,31	522,20

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

7	Макароны отварные с маслом	200	4,96	6,30	43,70	269,00
0	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/40	8,30	6,90	6,00	130,00
1	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,26	0,05	0,25	4,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
0Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	14,78	14,25	79,95	583,00

ОВЗ с 5-11 класс Обед

9	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,84	5,50	26,84	109,00
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,59	3,81	20,71	134,33
3	Котлеты куриные с подливом овощным	60/40	13,00	8,70	10,20	161,00
9	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00

9	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
по приему: Обед		77,54	25,53	21,08	141,09	850,67

ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена

39	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,84	5,50	26,84	109,00
73	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,59	3,81	20,71	134,33
78	Котлеты куриные с подливом овощным	60/40	13,00	8,70	10,20	161,00
69	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00
55	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
10Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	25,53	21,08	141,09	850,67

ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена

57	Макароны отварные с маслом	200	4,96	6,30	43,70	269,00
30	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/40	8,30	6,90	6,00	130,00
01	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,26	0,05	0,25	4,00
55	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
по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	14,78	14,25	79,95	583,00

Учащиеся 1-4 классы Завтрак

57	Макароны отварные с маслом	160	3,97	5,04	34,96	215,20
22	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/30	6,20	7,00	6,10	123,00
01	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,26	0,05	0,25	4,00
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		59,76	11,69	13,09	71,31	522,20

Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена

15	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	230/5	1,60	5,20	8,10	84,00
73	Каша гречневая рассыпчатая	120	4,24	3,52	19,12	124,00
78	Котлеты куриные с подливом овощным	60/40	13,00	8,70	10,20	161,00
69	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00
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
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		67,12	23,94	20,05	113,49	773,67

Учащиеся 5-11 классы Завтрак

	Макароны отварные с маслом	200	4,96	6,30	43,70	269,00
	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/40	8,30	6,90	6,00	150,00
	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,26	0,05	0,25	4,00
	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	14,78	14,25	79,95	583,00

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена

	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,84	5,50	26,84	109,00
	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,59	3,81	20,71	134,33
	Котлеты куриные с подливом овощным	60/40	13,00	8,70	10,20	161,00
	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00
	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
Э	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	25,53	21,08	141,09	850,67

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**



КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)

