

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения
Борис



УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ

на 31.01.2023 вторник
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						
КП22103	Каша пшеничная молочная	170	2,66	5,21	23,80	205,13
КП22089	Какао с молоком	200	0,40	2,30	10,20	69,00
КП22152	Сырники из творога с соусом молочным	90	12,22	12,11	16,56	218,00
КП22205	Бутерброд с сыром	50	8,13	4,50	18,43	153,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	23,41	24,12	68,99	645,13
OBZ с 12 лет и старше Завтрак						
КП22104	Каша пшеничная молочная	200	7,47	8,00	36,53	241,00
КП22089	Какао с молоком	200	0,40	2,30	10,20	69,00
КП22152	Сырники из творога с соусом молочным	90	12,22	12,11	16,56	218,00
КП22206	Бутерброд с сыром	62	10,08	5,58	28,06	190,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	30,17	27,99	91,35	718,00
OBZ с 12 лет и старше Обед						
КП22051	Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной	250	6,40	7,79	13,44	150,00
КП22460	Сложный гарнир: картофель тушенный с куриным филе, морковь припущенная	230	8,00	8,56	20,84	174,00
КП22002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
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	20,80	19,52	107,91	737,33
Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак						
КП22104	Каша пшеничная молочная	200	7,47	8,00	36,53	241,00
КП22089	Какао с молоком	200	0,40	2,30	10,20	69,00
КП22152	Сырники из творога с соусом молочным	90	12,22	12,11	16,56	218,00
КП22206	Бутерброд с сыром	62	10,08	5,58	28,06	190,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	30,17	27,99	91,35	718,00
Уч-ся с 12 лет и старше 20Бед 2 смена						
КП22051	Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной	250	6,40	7,79	13,44	150,00
КП22460	Сложный гарнир: картофель тушенный с куриным филе, морковь припущенная	230	8,00	8,56	20,84	174,00

КП22002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ИТОГО по приему: 20бед 2 смена		84,45	20,80	19,52	107,91	737,33

Уч-ся с 12 лет и старше 2Полдник 2 смена

КП22104	Каша пшеничная молочная	200	7,47	8,00	36,53	241,00
КП22089	Какао с молоком	200	0,40	2,30	10,20	69,00
КП22152	Сырники из творога с соусом молочным	90	12,22	12,11	16,56	218,00
КП22206	Бутерброд с сыром	62	10,08	5,58	28,06	190,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		73,20	30,17	27,99	91,35	718,00

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

КП22103	Каша пшеничная молочная	170	2,66	5,21	23,80	205,13
КП22089	Какао с молоком	200	0,40	2,30	10,20	69,00
КП22152	Сырники из творога с соусом молочным	90	12,22	12,11	16,56	218,00
КП22205	Бутерброд с сыром	50	8,13	4,50	18,43	153,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	23,41	24,12	68,99	645,13

Уч-ся с 7-11 лет 2Обед 2 смена

КП22050	Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной	230	4,60	10,81	15,06	230,00
КП22329	Сложный гарнир: картофель тушенный с куриным филе,морковь припущенная	200	9,96	8,44	20,00	250,00
КП22002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	55	1,39	1,10	33,00	198,00
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,60	1,00	12,80	71,00
ИТОГО по приему: 20бед 2 смена		72,54	18,85	21,45	91,16	792,00

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Завтрак

КП22125	Каша манная молочная	150	3,80	5,90	17,60	138,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22152	Сырники из творога с соусом молочным	90	12,22	12,11	16,56	218,00
КП22203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	18,63	24,76	53,19	503,00

Контрольное меню
МОБУ СОШ №21

