

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./



МОБУ
СОШ №21
г. Белорецк


МЕНЮ

на 08.02.2023 среда
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						
КП22385	Сложный гарнир: картофельное пюре, свекла отварная, рыба тушеная в томатном соусе с овощами	300	4,28	1,20	24,95	140,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
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	8,48	1,80	54,65	283,00
MMC с 12 лет и старше Обед 2 смена						
КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
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 2 смена		84,45	23,60	21,04	127,88	876,83
ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак						
КП22385	Сложный гарнир: картофельное пюре, свекла отварная, рыба тушеная в томатном соусе с овощами	300	4,28	1,20	24,95	140,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
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	8,48	1,80	54,65	283,00
ОВЗ с 12 лет и старше Обед						
КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
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	23,60	21,04	127,88	876,83
ОВЗ с 12 лет и старше Обед 2 смена						
КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
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	
КП22005	Компот из свежезамороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,0
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	23,60	21,04	127,88	876,83

ОВЗ с 12 лет и старше 2Полдник 2 смена

КП22385	Сложный гарнir: картофельное пюре, свекла отварная, рыба тушеная в томатном соусе с овощами	300	4,28	1,20	24,95	140,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
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	8,48	1,80	54,65	283,00

СВО с 12 лет и старше Завтрак

КП22385	Сложный гарнir: картофельное пюре, свекла отварная, рыба тушеная в томатном соусе с овощами	300	4,28	1,20	24,95	140,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
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	8,48	1,80	54,65	283,00

СВО с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
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	23,60	21,04	127,88	876,83

Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак

КП22385	Сложный гарнir: картофельное пюре, свекла отварная, рыба тушеная в томатном соусе с овощами	300	4,28	1,20	24,95	140,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
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	8,48	1,80	54,65	283,00

Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
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	23,60	21,04	127,88	876,83

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

Проверочное блюдо МБОУ СОШ 21

