

Согласовано:
Руководитель образовательного учреждения

Утверждаю:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ

на 11.11.2022 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						
76	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
9	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
51	Напиток витаминизированный из свежемороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
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	12,33	11,32	66,02	529,33
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
48	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
57	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,10	28,41	174,85
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	12,20	8,70	11,10	173,00
07	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
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	23,26	20,51	135,99	876,18
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
9	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
51	Напиток витаминизированный из свежемороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
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	12,16	10,49	59,32	489,75
ОВЗ с 1-4 класс Обед						
8	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230/5	1,50	4,19	10,07	84,00

	Макароны отварные с маслом	120	2,98	3,78	26,22	
	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/30	12,10	7,90	10,30	
	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	6,40
	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
Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Обед		67,12	21,78	18,60	124,86	805,07

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

3	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230/5	1,50	4,19	10,07	84,00
7	Макароны отварные с маслом	120	2,98	3,78	26,22	161,40
5	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/30	12,10	7,90	10,30	164,00
7	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
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
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		67,12	21,78	18,60	124,86	805,07

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

6	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
9	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
1	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
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: 2Полдник 2 смена		59,76	12,16	10,49	59,32	489,75

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

76	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
19	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
51	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
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
О по приему: Завтрак		67,21	12,33	11,32	66,02	529,33

ОВЗ с 5-11 класс Обед

48	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
67	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,10	28,41	174,85
134	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	12,20	8,70	11,10	173,00
107	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00

	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: Обед		77,54	23,26	20,51	135,99	876,18
ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена						
48	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
67	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,10	28,41	174,85
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	12,20	8,70	11,10	173,00
07	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
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
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	23,26	20,51	135,99	876,18
ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена						
76	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
19	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
51	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
55	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: 2Полдник 2 смена		67,21	12,33	11,32	66,02	529,33
Учащиеся 1-4 классы Завтрак						
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
19	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
51	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
55	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	12,16	10,49	59,32	489,75
Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена						
18	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230/5	1,50	4,19	10,07	84,00
57	Макароны отварные с маслом	120	2,98	3,78	26,22	161,40
96	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/30	12,10	7,90	10,30	164,00
07	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
5	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	21,78	18,60	124,86	805,07
Учащиеся 5-11 классы Завтрак						

	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	150,00
	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
	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	12,33	11,32	66,02	529,33

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена

8	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
7	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,10	28,41	174,85
4	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	12,20	8,70	11,10	173,00
7	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
1	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
Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	23,26	20,51	135,99	876,18

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**



КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)

