

Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ

**на 24.03.2023 пятница
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						
КП22475	Плов из говядины	180	15,24	15,72	27,72	230,40
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
КП22491	Коктейль молочный ФрутоКids	200	4,20	3,60	2,40	256,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	23,64	19,92	59,82	629,40
MMC с 12 лет и старше 2Обед 2 смена						
КП22190	Суп с пшенной крупой	250	11,57	4,00	20,00	223,33
КП22352	Жаркое по-домашнему из куриного филе	240	19,44	15,84	13,20	264,00
КП22476	Напиток лимонный	200	0,10	0,01	18,90	73,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
КП22028	Пастила фруктовая	25	0,60	0,00	14,75	66,25
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	38,77	21,72	104,80	825,65
ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак						
КП22475	Плов из говядины	180	15,24	15,72	27,72	230,40
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
КП22491	Коктейль молочный ФрутоКids	200	4,20	3,60	2,40	256,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	23,64	19,92	59,82	629,40
ОВЗ с 12 лет и старше Обед						
КП22190	Суп с пшенной крупой	250	11,57	4,00	20,00	223,33
КП22352	Жаркое по-домашнему из куриного филе	240	19,44	15,84	13,20	264,00
КП22476	Напиток лимонный	200	0,10	0,01	18,90	73,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
КП22028	Пастила фруктовая	25	0,60	0,00	14,75	66,25
ИТОГО по приему: Обед		84,45	38,77	21,72	104,80	825,65

ОВЗ с 12 лет и старше 20 бед 2 смена

КП22190	Суп с пшеничной крупой	250	11,57	4,00	20,00	223,33
КП22352	Жаркое по-домашнему из куриного филе	240	19,44	15,84	13,20	264,00
КП22476	Напиток лимонный	200	0,10	0,01	18,90	73,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
КП22028	Пастила фруктовая	25	0,60	0,00	14,75	66,25
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	38,77	21,72	104,80	825,65

ОВЗ с 12 лет и старше 2Полдник 2 смена

КП22475	Плов из говядины	180	15,24	15,72	27,72	230,40
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
КП22491	Коктейль молочный ФрутоКids	200	4,20	3,60	2,40	256,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		73,20	23,64	19,92	59,82	629,40

СВО с 12 лет и старше Завтрак

КП22475	Плов из говядины	180	15,24	15,72	27,72	230,40
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
КП22491	Коктейль молочный ФрутоКids	200	4,20	3,60	2,40	256,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	23,64	19,92	59,82	629,40

СВО с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22190	Суп с пшеничной крупой	250	11,57	4,00	20,00	223,33
КП22352	Жаркое по-домашнему из куриного филе	240	19,44	15,84	13,20	264,00
КП22476	Напиток лимонный	200	0,10	0,01	18,90	73,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
КП22028	Пастила фруктовая	25	0,60	0,00	14,75	66,25
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	38,77	21,72	104,80	825,65

Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак

КП22475	Плов из говядины	180	15,24	15,72	27,72	230,40
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
КП22491	Коктейль молочный ФрутоКids	200	4,20	3,60	2,40	256,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	23,64	19,92	59,82	629,40

Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22190	Суп с пшеничной крупой	250	11,57	4,00	20,00	223,33
КП22352	Жаркое по-домашнему из куриного филе	240	19,44	15,84	13,20	264,00

**Контрольное блюдо
МОБУ СОШ 21**

