

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ

на 18.01.2023 среда
МОБУ СОШ № 21 г.Белорецк

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
ММС с 12 лет и старше Завтрак						
КП22195	Макаронные изделия, с тёртым с сыром	150	12,50	7,50	30,00	280,00
КП22202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	15,51	14,65	58,83	474,00
ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак						
КП22195	Макаронные изделия, с тёртым с сыром	200	16,67	10,00	40,00	373,33
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	19,68	17,15	68,83	567,33
ОВЗ с 12 лет и старше Обед						
КП22156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	8,70	8,88	12,48	281,67
КП22461	Сложный гарнир: каша рисовая вязкая, рыба тушенная в томатном соусе с овощами	230	18,06	9,20	52,09	363,00
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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	33,86	21,20	155,41	1125,00
Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак						
КП22195	Макаронные изделия, с тёртым с сыром	200	16,67	10,00	40,00	373,33
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	19,68	17,15	68,83	567,33
Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена						
КП22156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	8,70	8,88	12,48	281,67
КП22461	Сложный гарнир: каша рисовая вязкая, рыба тушенная в томатном соусе с овощами	230	18,06	9,20	52,09	363,00

КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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: 20ед 2 смена		84,45	33,86	21,20	155,41	1125,00

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

КП22195	Макаронные изделия, с тёртым сыром	200	16,67	10,00	40,00	373,33
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		73,20	19,68	17,15	68,83	567,33

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

КП22195	Макаронные изделия, с тёртым сыром	150	12,50	7,50	30,00	280,00
КП22202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	15,51	14,65	58,83	474,00

Уч-ся с 7-11 лет 20безд 2 смена

КП22156	Суп картофельный с лапшой домашней	230	8,00	8,17	11,48	259,13
КП22330	Сложный гарнир: каша рисовая вязкая, рыба тушенная в томатном соусе с овощами	200	9,00	11,00	23,00	316,00
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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: 20 бед 2 смена		72,54	21,99	21,32	107,78	954,13

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Завтрак

КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
КП22252	Жаркое по-домашнему	150	15,06	14,52	12,90	241,80
КП22202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	18,07	21,67	41,73	435,80

Контрольное блюдо МОБУ СОШ №21

