

СОГЛАСОВАНО:
руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



(Handwritten signature)



МЕНЮ
на 19.12.2022 понедельник
СОШ № 18 г.Белорецк

№ п/п	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дети ДИ с 12 лет и старше Завтрак						
92	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
56	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
03	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
04	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	21,15	33,83	58,47	621,00
Дети ДИ с 12 лет и старше Обед						
33	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
20	Пюре гороховое	130	13,32	3,64	32,05	215,15
77	Биточки мясные с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
05	Компот из свежемороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
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
04	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Обед		77,54	30,93	19,10	122,38	980,48
Дети ДИ с 7-11 лет Завтрак						
02	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
06	Каша рисовая с куриным филе	150	14,20	18,40	23,70	320,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
03	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
04	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		59,76	18,31	30,15	53,73	557,00
Дети ДИ с 7-11 лет Обед						
03	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	230	2,40	5,30	17,20	128,00
00	Пюре гороховое	130	13,32	3,64	32,05	215,15
07	Биточки мясные с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
05	Компот из свежемороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00

5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	23
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,6
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Обед		67,12	30,13	18,86	116,50	862,82

Дополнительное питание Доп.питание

00	Яблоки свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,20
28	Пастила фруктовая	25	0,60	0,00	14,75	66,25
по приему: Доп.питание		38,81	1,24	0,64	30,43	141,45

ММС с 12 лет и старше Завтрак

92	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
56	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
03	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	21,15	33,83	58,47	621,00

ММС с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
120	Пюре гороховое	130	13,32	3,64	32,05	215,15
077	Биточки мясные с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
005	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	30,93	19,10	122,38	980,48

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

192	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
256	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	21,15	33,83	58,47	621,00

ОВЗ с 12 лет и старше Обед

2033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
2120	Пюре гороховое	130	13,32	3,64	32,05	215,15
2077	Биточки мясные с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00

005	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: Обед		77,54	30,93	19,10	122,38	980,48

ОВЗ с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
120	Пюре гороховое	130	13,32	3,64	32,05	215,15
077	Биточки мясные с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
005	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: 2Обед 2 смена		77,54	30,93	19,10	122,38	980,48

ОВЗ с 12 лет и старше 2Полдник 2 смена

192	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
256	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	21,15	33,83	58,47	621,00

ОВЗ с 7-11 лет Завтрак

192	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
256	Каша рисовая с куриным филе	150	14,20	18,40	23,70	320,00
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: Завтрак		59,76	18,31	30,15	53,73	557,00

ОВЗ с 7-11 лет Обед

213	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	230	2,40	5,30	17,20	128,00
120	Пюре гороховое	130	13,32	3,64	32,05	215,15
077	Биточки мясные с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
005	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00

по приему: Обед		67,12	30,13	18,86	116,50	86,12
ОВЗ с 7-11 лет 2Обед 2 смена						
3	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	230	2,40	5,30	17,20	128,00
0	Пюре гороховое	130	13,32	3,64	32,05	215,15
7	Биточки мясные с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
5	Компот из свежемороженой ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
6	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
0Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		67,12	30,13	18,86	116,50	862,82
ОВЗ с 7-11 лет 2Полдник 2 смена						
2	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
6	Каша рисовая с куриным филе	150	14,20	18,40	23,70	320,00
3	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
3	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
0Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	18,31	30,15	53,73	557,00
СВО с 12 лет и старше Завтрак						
2	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
6	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
3	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
3	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
0Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		0,00	21,15	33,83	58,47	621,00
Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак						
2	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
6	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
3	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
3	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
0Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	21,15	33,83	58,47	621,00
Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена						
3	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
0	Пюре гороховое	130	13,32	3,64	32,05	215,15
7	Биточки мясные с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
5	Компот из свежемороженой ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00

0065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ИЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		77,54	30,93	19,10	122,38	980,48

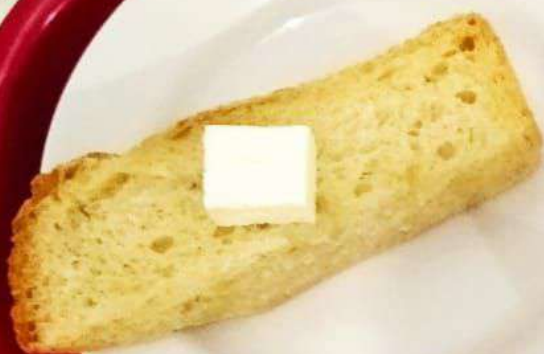
Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

2192	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
2256	Каша рисовая с куриным филе	150	14,20	18,40	23,70	320,00
2003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
2203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ИЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		59,76	18,31	30,15	53,73	557,00

Уч-ся с 7-11 лет 2Обед 2 смена

2213	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	230	2,40	5,30	17,20	128,00
2120	Пюре гороховое	130	13,32	3,64	32,05	215,15
2077	Биточки мясные с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
2005	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ИЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		67,12	30,13	18,86	116,50	862,82

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**



**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**

