

СОГЛАСОВАНО:
руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ
на 09.11.2022 среда
СОШ № 18 г.Белорецк

№ п/п	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дополнительное питание Доп.питание						
46	Йогурт	100	4,10	4,20	10,00	96,00
по приему: Доп.питание		38,81	4,10	4,20	10,00	96,00
ММС 5-11 класс Завтрак						
52	Жаркое по-домашнему	200	20,08	19,36	17,20	322,40
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
02	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
53	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	23,09	27,01	46,03	516,40
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	250	2,83	4,00	18,67	120,00
13	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160	5,23	3,95	32,96	214,40
59	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
02	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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	24,96	15,19	130,42	846,73
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
52	Жаркое по-домашнему	150	15,06	14,52	12,90	241,80
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
02	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
53	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		59,76	18,07	22,17	41,73	435,80
ОВЗ с 1-4 класс Обед						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	230	2,61	3,68	17,17	110,40

3	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130	4,25	3,21	26,78	
9	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	
2	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	
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: Обед		67,12	22,76	13,70	115,48	755,27

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

6	Суп картофельный с лапшой домашней	230	2,61	3,68	17,17	110,40
3	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130	4,25	3,21	26,78	174,20
9	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
2	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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	22,76	13,70	115,48	755,27

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

2	Жаркое по-домашнему	150	15,06	14,52	12,90	241,80
3	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
2	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
3	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	18,07	22,17	41,73	435,80

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

2	Жаркое по-домашнему	200	20,08	19,36	17,20	322,40
3	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
2	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
3	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	23,09	27,01	46,03	516,40

ОВЗ с 5-11 класс Обед

6	Суп картофельный с лапшой домашней	250	2,83	4,00	18,67	120,00
3	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160	5,23	3,95	32,96	214,40
9	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
2	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
5	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
О по приему: Обед		77,54	24,96	15,19	130,42	846,73
ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	250	2,83	4,00	18,67	120,00
13	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160	5,23	3,95	32,96	214,40
69	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
02	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
129	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
О по приему: 2Обед 2 смена		77,54	24,96	15,19	130,42	846,73
ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена						
52	Жаркое по-домашнему	200	20,08	19,36	17,20	322,40
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
02	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
53	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	23,09	27,01	46,03	516,40
Учащиеся 1-4 классы Завтрак						
52	Жаркое по-домашнему	150	15,06	14,52	12,90	241,80
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
02	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
53	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		59,76	18,07	22,17	41,73	435,80
Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	230	2,61	3,68	17,17	110,40
13	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130	4,25	3,21	26,78	174,20
59	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
02	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
55	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
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Обед 2 смена		67,12	22,76	13,70	115,48	755,27
Учащиеся 5-11 классы Завтрак						

	Жаркое по-домашнему	200	20,08	19,36	17,20	322,40
	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	23,09	27,01	46,03	516,40

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена

	Суп картофельный с лапшой домашней	250	2,83	4,00	18,67	120,00
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160	5,23	3,95	32,96	214,40
	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
2	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
	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	24,96	15,19	130,42	846,73

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**



**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**

