

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Набиуллин Р.Р./

**МЕНЮ**  
**на 18.02.2022 пятница**  
**СОШ № 18 г.Белорецк**



| Код<br>блюда                   | Наименование                           | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------|----------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-------------------------------------|
|                                |                                        |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                     |
| Дети ДИ с 5-11 класс Завтрак   |                                        |                        |                  |       |          |                                     |
| ШК00049                        | Каша "Дружба"                          | 240,00                 | 5,95             | 8,35  | 28,70    | 214,08                              |
| ШК00133                        | Какао с молоком                        | 200,00                 | 4,60             | 4,40  | 12,50    | 107,00                              |
| 0000065                        | Хлеб пшеничный                         | 60,00                  | 1,51             | 1,20  | 36,00    | 216,00                              |
| Д08МНД9                        | Мандарин свежий                        | 100,00                 | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ШК00001                        | Сыр твердых сортов в нарезке           | 10,00                  | 2,33             | 2,93  | 0,00     | 35,33                               |
| СОЛЬЙОД                        | Соль йодированная                      | 2,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак       |                                        | 67,21                  | 14,40            | 16,89 | 77,20    | 572,41                              |
| Дети ДИ с 5-11 класс Обед      |                                        |                        |                  |       |          |                                     |
| ШК00158                        | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 250,00                 | 6,56             | 7,54  | 33,01    | 250,00                              |
| ШК00055                        | Макароны отварные                      | 150,00                 | 5,33             | 5,55  | 32,77    | 201,75                              |
| ШК00164                        | Рыба припущенная(минтай,навага)        | 90,00                  | 8,30             | 4,21  | 0,69     | 108,00                              |
| Ш000000                        | Компот из свежемороженой смородины     | 200,00                 | 0,20             | 0,02  | 17,00    | 48,00                               |
| 0000065                        | Хлеб пшеничный                         | 60,00                  | 1,51             | 1,20  | 36,00    | 216,00                              |
| ШК00129                        | Хлеб ржаной(для детского питания)      | 40,00                  | 3,47             | 1,33  | 17,07    | 94,67                               |
| СОЛЬЙОД                        | Соль йодированная                      | 3,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Обед          |                                        | 74,15                  | 25,37            | 19,85 | 136,54   | 918,42                              |
| ММС 5-11 класс Завтрак         |                                        |                        |                  |       |          |                                     |
| ШК00049                        | Каша "Дружба"                          | 240,00                 | 5,95             | 8,35  | 28,70    | 214,08                              |
| ШК00133                        | Какао с молоком                        | 200,00                 | 4,60             | 4,40  | 12,50    | 107,00                              |
| 0000065                        | Хлеб пшеничный                         | 60,00                  | 1,51             | 1,20  | 36,00    | 216,00                              |
| Д08МНД9                        | Мандарин свежий                        | 100,00                 | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ШК00001                        | Сыр твердых сортов в нарезке           | 10,00                  | 2,33             | 2,93  | 0,00     | 35,33                               |
| СОЛЬЙОД                        | Соль йодированная                      | 2,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак       |                                        | 67,21                  | 14,40            | 16,89 | 77,20    | 572,41                              |
| ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена   |                                        |                        |                  |       |          |                                     |
| ШК00158                        | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 250,00                 | 6,56             | 7,54  | 33,01    | 250,00                              |
| ШК00055                        | Макароны отварные                      | 180,00                 | 6,39             | 6,66  | 39,33    | 242,10                              |
| ШК00164                        | Рыба припущенная(минтай,навага)        | 100,00                 | 9,22             | 4,68  | 0,77     | 120,00                              |
| Ш000000                        | Компот из свежемороженой смородины     | 200,00                 | 0,20             | 0,02  | 17,00    | 48,00                               |
| 0000065                        | Хлеб пшеничный                         | 60,00                  | 1,51             | 1,20  | 36,00    | 216,00                              |
| ШК00129                        | Хлеб ржаной(для детского питания)      | 40,00                  | 3,47             | 1,33  | 17,07    | 94,67                               |
| СОЛЬЙОД                        | Соль йодированная                      | 3,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |
| ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена |                                        | 77,54                  | 27,35            | 21,43 | 143,18   | 970,77                              |
| ОВЗ с 1-4 класс Завтрак        |                                        |                        |                  |       |          |                                     |
| ШК00049                        | Каша "Дружба"                          | 150,00                 | 3,72             | 5,22  | 17,94    | 133,80                              |
| ШК00133                        | Какао с молоком                        | 200,00                 | 4,60             | 4,40  | 12,50    | 107,00                              |
| 0000065                        | Хлеб пшеничный                         | 50,00                  | 1,26             | 1,00  | 30,00    | 180,00                              |
| 0000107                        | Фрукты свеж.100-130г(шт)               | 100,00                 | 0,40             | 0,40  | 9,80     | 47,00                               |
| ШК00001                        | Сыр твердых сортов в нарезке           | 10,00                  | 2,33             | 2,93  | 0,00     | 35,33                               |
| СОЛЬЙОД                        | Соль йодированная                      | 2,00                   | 0,00             | 0,00  | 0,00     | 0,00                                |



|                                 |  |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|--|--------------|-------|-------|-------|--------|
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |  | <b>59,76</b> | 12,31 | 13,95 | 70,24 | 503,13 |
|---------------------------------|--|--------------|-------|-------|-------|--------|

**ОВЗ с 1-4 класс Обед**

|                              |                                        |              |       |       |        |        |
|------------------------------|----------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| ШК00158                      | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 200,00       | 5,25  | 6,03  | 26,41  | 200,00 |
| ШК00055                      | Макароны отварные                      | 130,00       | 4,62  | 4,81  | 28,41  | 174,85 |
| ШК00164                      | Рыба припущенная(минтай,навага)        | 70,00        | 6,46  | 3,27  | 0,54   | 84,00  |
| Ш000000                      | Компот из свежзамороженной смородины   | 180,00       | 0,18  | 0,02  | 15,30  | 43,20  |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                         | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00  | 180,00 |
| ШК00129                      | Хлеб ржаной(для детского питания)      | 30,00        | 2,60  | 1,00  | 12,80  | 71,00  |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                      | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                        | <b>61,90</b> | 20,36 | 16,13 | 113,45 | 753,05 |

**ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена**

|                                       |                                        |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|----------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| ШК00158                               | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 200,00       | 5,25  | 6,03  | 26,41  | 200,00 |
| ШК00055                               | Макароны отварные                      | 130,00       | 4,62  | 4,81  | 28,41  | 174,85 |
| ШК00164                               | Рыба припущенная(минтай,навага)        | 70,00        | 6,46  | 3,27  | 0,54   | 84,00  |
| Ш000000                               | Компот из свежзамороженной смородины   | 180,00       | 0,18  | 0,02  | 15,30  | 43,20  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                         | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00  | 180,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания)      | 30,00        | 2,60  | 1,00  | 12,80  | 71,00  |
| СОЛЙОД                                | Соль йодированная                      | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                        | <b>61,90</b> | 20,36 | 16,13 | 113,45 | 753,05 |

**ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена**

|                                          |                              |              |       |       |       |        |
|------------------------------------------|------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ШК00049                                  | Каша "Дружба"                | 150,00       | 3,72  | 5,22  | 17,94 | 133,80 |
| ШК00133                                  | Какао с молоком              | 200,00       | 4,60  | 4,40  | 12,50 | 107,00 |
| 0000065                                  | Хлеб пшеничный               | 50,00        | 1,26  | 1,00  | 30,00 | 180,00 |
| ШК00001                                  | Сыр твердых сортов в нарезке | 10,00        | 2,33  | 2,93  | 0,00  | 35,33  |
| 0000107                                  | Фрукты свеж.100-130г(шт)     | 100,00       | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 47,00  |
| СОЛЙОД                                   | Соль йодированная            | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена</b> |                              | <b>59,76</b> | 12,31 | 13,95 | 70,24 | 503,13 |

**ОВЗ с 5-11 класс Завтрак**

|                                 |                              |              |       |       |       |        |
|---------------------------------|------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| ШК00049                         | Каша "Дружба"                | 240,00       | 5,95  | 8,35  | 28,70 | 214,08 |
| ШК00133                         | Какао с молоком              | 200,00       | 4,60  | 4,40  | 12,50 | 107,00 |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный               | 60,00        | 1,51  | 1,20  | 36,00 | 216,00 |
| ШК00001                         | Сыр твердых сортов в нарезке | 10,00        | 2,33  | 2,93  | 0,00  | 35,33  |
| Д08МНД9                         | Мандарин свежий              | 100,00       | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| СОЛЙОД                          | Соль йодированная            | 2,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                              | <b>67,21</b> | 14,40 | 16,89 | 77,20 | 572,41 |

**ОВЗ с 5-11 класс Обед**

|                              |                                        |              |       |       |        |        |
|------------------------------|----------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| ШК00158                      | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 250,00       | 6,56  | 7,54  | 33,01  | 250,00 |
| ШК00055                      | Макароны отварные                      | 150,00       | 5,33  | 5,55  | 32,77  | 201,75 |
| ШК00164                      | Рыба припущенная(минтай,навага)        | 90,00        | 8,30  | 4,21  | 0,69   | 108,00 |
| Ш000000                      | Компот из свежзамороженной смородины   | 200,00       | 0,20  | 0,02  | 17,00  | 48,00  |
| 0000065                      | Хлеб пшеничный                         | 60,00        | 1,51  | 1,20  | 36,00  | 216,00 |
| ШК00129                      | Хлеб ржаной(для детского питания)      | 40,00        | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67  |
| СОЛЙОД                       | Соль йодированная                      | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                        | <b>74,15</b> | 25,37 | 19,85 | 136,54 | 918,42 |

**ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена**

|                                       |                                        |              |       |       |        |        |
|---------------------------------------|----------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------|
| ШК00158                               | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 250,00       | 6,56  | 7,54  | 33,01  | 250,00 |
| ШК00055                               | Макароны отварные                      | 150,00       | 5,33  | 5,55  | 32,77  | 201,75 |
| ШК00164                               | Рыба припущенная(минтай,навага)        | 90,00        | 8,30  | 4,21  | 0,69   | 108,00 |
| Ш000000                               | Компот из свежзамороженной смородины   | 200,00       | 0,20  | 0,02  | 17,00  | 48,00  |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                         | 60,00        | 1,51  | 1,20  | 36,00  | 216,00 |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания)      | 40,00        | 3,47  | 1,33  | 17,07  | 94,67  |
| СОЛЙОД                                | Соль йодированная                      | 3,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                        | <b>74,15</b> | 25,37 | 19,85 | 136,54 | 918,42 |

**ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена**

|         |               |        |      |      |       |        |
|---------|---------------|--------|------|------|-------|--------|
| ШК00049 | Каша "Дружба" | 240,00 | 5,95 | 8,35 | 28,70 | 214,08 |
|---------|---------------|--------|------|------|-------|--------|



|                                          |                              |              |              |              |              |               |
|------------------------------------------|------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ШК00133                                  | Какао с молоком              | 200,00       | 4,60         | 4,40         | 12,50        | 107,00        |
| 0000065                                  | Хлеб пшеничный               | 60,00        | 1,51         | 1,20         | 36,00        | 216,00        |
| ШК00001                                  | Сыр твердых сортов в нарезке | 10,00        | 2,33         | 2,93         | 0,00         | 35,33         |
| Д08МНД9                                  | Мандарин свежий              | 100,00       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СОЛЬИОД                                  | Соль йодированная            | 2,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена</b> |                              | <b>67,21</b> | <b>14,40</b> | <b>16,89</b> | <b>77,20</b> | <b>572,41</b> |
|                                          |                              |              |              |              |              |               |
|                                          |                              |              |              |              |              |               |

**Учащиеся 1-4 классы Завтрак**

|                                 |                              |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ШК00049                         | Каша "Дружба"                | 150,00       | 3,72         | 5,22         | 17,94        | 133,80        |
| ШК00133                         | Какао с молоком              | 200,00       | 4,60         | 4,40         | 12,50        | 107,00        |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный               | 50,00        | 1,26         | 1,00         | 30,00        | 180,00        |
| ШК00001                         | Сыр твердых сортов в нарезке | 10,00        | 2,33         | 2,93         | 0,00         | 35,33         |
| 0000107                         | Фрукты свеж.100-130г(шт)     | 100,00       | 0,40         | 0,40         | 9,80         | 47,00         |
| СОЛЬИОД                         | Соль йодированная            | 2,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                              | <b>59,76</b> | <b>12,31</b> | <b>13,95</b> | <b>70,24</b> | <b>503,13</b> |

**Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена**

|                                       |                                        |              |              |              |               |               |
|---------------------------------------|----------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ШК00158                               | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 200,00       | 5,25         | 6,03         | 26,41         | 200,00        |
| ШК00055                               | Макаронные отварные                    | 150,00       | 5,33         | 5,55         | 32,77         | 201,75        |
| ШК00164                               | Рыба припущенная(минтай,навага)        | 90,00        | 8,30         | 4,21         | 0,69          | 108,00        |
| Ш000000                               | Компот из свежзамороженной смородины   | 180,00       | 0,18         | 0,02         | 15,30         | 43,20         |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                         | 50,00        | 1,26         | 1,00         | 30,00         | 180,00        |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания)      | 30,00        | 2,60         | 1,00         | 12,80         | 71,00         |
| СОЛЬИОД                               | Соль йодированная                      | 3,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                        | <b>67,12</b> | <b>22,92</b> | <b>17,81</b> | <b>117,97</b> | <b>803,95</b> |
|                                       |                                        |              |              |              |               |               |
|                                       |                                        |              |              |              |               |               |

**Учащиеся 5-11 классы Завтрак**

|                                 |                              |              |              |              |              |               |
|---------------------------------|------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ШК00049                         | Каша "Дружба"                | 240,00       | 5,95         | 8,35         | 28,70        | 214,08        |
| ШК00133                         | Какао с молоком              | 200,00       | 4,60         | 4,40         | 12,50        | 107,00        |
| 0000065                         | Хлеб пшеничный               | 60,00        | 1,51         | 1,20         | 36,00        | 216,00        |
| Д08МНД9                         | Мандарин свежий              | 100,00       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ШК00001                         | Сыр твердых сортов в нарезке | 10,00        | 2,33         | 2,93         | 0,00         | 35,33         |
| СОЛЬИОД                         | Соль йодированная            | 2,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак</b> |                              | <b>67,21</b> | <b>14,40</b> | <b>16,89</b> | <b>77,20</b> | <b>572,41</b> |

**Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена**

|                                       |                                        |              |              |              |               |               |
|---------------------------------------|----------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ШК00158                               | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 250,00       | 6,56         | 7,54         | 33,01         | 250,00        |
| ШК00055                               | Макаронные отварные                    | 180,00       | 6,39         | 6,66         | 39,33         | 242,10        |
| ШК00164                               | Рыба припущенная(минтай,навага)        | 100,00       | 9,22         | 4,68         | 0,77          | 120,00        |
| Ш000000                               | Компот из свежзамороженной смородины   | 200,00       | 0,20         | 0,02         | 17,00         | 48,00         |
| 0000065                               | Хлеб пшеничный                         | 60,00        | 1,51         | 1,20         | 36,00         | 216,00        |
| ШК00129                               | Хлеб ржаной(для детского питания)      | 40,00        | 3,47         | 1,33         | 17,07         | 94,67         |
| СОЛЬИОД                               | Соль йодированная                      | 3,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00          |
| <b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b> |                                        | <b>77,54</b> | <b>27,35</b> | <b>21,43</b> | <b>143,18</b> | <b>970,77</b> |
|                                       |                                        |              |              |              |               |               |
|                                       |                                        |              |              |              |               |               |



# Контрольное Блюдо

МОБУ СОШ №18  
г.Белорецк





# Контрольное Блюдо

МОБУ СОШ №18  
г.Белорецк

