

СОГЛАСОВАНО:
руководитель образовательного учреждения
/ /

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./




МЕНЮ
на 28.10.2022 пятница
СОШ № 18 г.Белорецк

Дата	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дополнительное питание Доп.питание						
19	Апельсин	260	1,27	1,20	169,00	208,00
О по приему: Доп.питание		38,81	1,27	1,20	169,00	208,00
ММС 5-11 класс Завтрак						
76	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
19	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
51	Напиток витаминизированный из свежемороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
10Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		67,21	12,33	11,32	66,02	529,33
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
48	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
67	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,09	28,41	174,85
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
07	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
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
10Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Обед 2 смена		77,54	19,06	80,81	129,29	818,18
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
19	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
51	Напиток витаминизированный из свежемороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
10Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		59,76	12,16	10,49	59,31	489,75
ОВЗ с 1-4 класс Обед						
18	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230/5	1,50	4,19	10,07	84,00

167	Макароны отварные с маслом	120	2,98	3,78	26,22	
096	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/30	8,00	69,00	4,40	
007	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	
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
ГО по приему: Обед		67,12	17,68	79,70	118,96	756,07

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

218	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230/5	1,50	4,19	10,07	84,00
167	Макароны отварные с маслом	120	2,98	3,78	26,22	161,40
096	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/30	8,00	69,00	4,40	115,00
007	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
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
ГО по приему: 2Обед 2 смена		67,12	17,68	79,70	118,96	756,07

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

176	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
019	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
151	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	12,16	10,49	59,31	489,75

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

176	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
019	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
151	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: Завтрак		67,21	12,33	11,32	66,02	529,33

ОВЗ с 5-11 класс Обед

048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
167	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,09	28,41	174,85
234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
007	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
065	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
ЛЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГО по приему: Обед		77,54	19,06	80,81	129,29	818,18

ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена

22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
22167	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,09	28,41	174,85
22234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
22007	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
00065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
000129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЛЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГО по приему: 2Обед 2 смена		77,54	19,06	80,81	129,29	818,18

ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена

22176	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
22151	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
00065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЛЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГО по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	12,33	11,32	66,02	529,33

Учащиеся 1-4 классы Завтрак

22176	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
22151	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
00065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЛЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГО по приему: Завтрак		59,76	12,16	10,49	59,31	489,75

Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена

2218	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230/5	1,50	4,19	10,07	84,00
2167	Макароны отварные с маслом	120	2,98	3,78	26,22	161,40
2096	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/30	8,00	69,00	4,40	115,00
2007	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
00065	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
ЛЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГО по приему: 2Обед 2 смена		67,12	17,68	79,70	118,96	756,07

Учащиеся 5-11 классы Завтрак

5	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
9	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
1	Напиток витаминизированный из свежемороженой ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
6	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
0Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	12,33	11,32	66,02	529,33

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена

3	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
7	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,09	28,41	174,85
4	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
7	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
6	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
0Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	19,06	80,81	129,29	818,18

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**



КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)

