

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Набиуллин Р.Р./



## МЕНЮ

на 21.03.2023 вторник  
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

КП22106	Каша "Дружба" молочная	190	5,96	7,72	31,80	220,40
КП22099	Кофейный напиток с молоком	200	2,40	3,30	10,20	69,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
0000031	Сыр порционный	12	5,04	3,84	9,60	64,80
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	17,80	15,86	84,60	517,20

### ММС с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	100	2,00	5,25	8,00	95,00
КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
Д07БП21	Рыба запеченная с картофелем (минтай)	180	16,04	12,22	13,53	229,09
КП22002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	27,61	24,54	85,58	770,16

### ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

КП22106	Каша "Дружба" молочная	190	5,96	7,72	31,80	220,40
КП22099	Кофейный напиток с молоком	200	2,40	3,30	10,20	69,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
0000031	Сыр порционный	12	5,04	3,84	9,60	64,80
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	17,80	15,86	84,60	517,20

### ОВЗ с 12 лет и старше Обед

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	100	2,00	5,25	8,00	95,00
КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
Д07БП21	Рыба запеченная с картофелем (минтай)	180	16,04	12,22	13,53	229,09
КП22002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40

ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
<b>ИТОГО по приему: Обед</b>		<b>84,45</b>	27,61	24,54	85,58	770,16

**ОВЗ с 12 лет и старше 2Обед 2 смена**

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	100	2,00	5,25	8,00	95,00
КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
Д07БП21	Рыба запеченная с картофелем (минтай)	180	16,04	12,22	13,53	229,09
КП22002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
<b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b>		<b>84,45</b>	27,61	24,54	85,58	770,16

**ОВЗ с 12 лет и старше 2Полдник 2 смена**

КП22106	Каша "Дружба" молочная	190	5,96	7,72	31,80	220,40
КП22099	Кофейный напиток с молоком	200	2,40	3,30	10,20	69,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
0000031	Сыр порционный	12	5,04	3,84	9,60	64,80
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена</b>		<b>73,20</b>	17,80	15,86	84,60	517,20

**СВО с 12 лет и старше Завтрак**

КП22106	Каша "Дружба" молочная	190	5,96	7,72	31,80	220,40
КП22099	Кофейный напиток с молоком	200	2,40	3,30	10,20	69,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
0000031	Сыр порционный	12	5,04	3,84	9,60	64,80
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>73,20</b>	17,80	15,86	84,60	517,20

**СВО с 12 лет и старше 2Обед 2 смена**

КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	100	2,00	5,25	8,00	95,00
КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
Д07БП21	Рыба запеченная с картофелем (минтай)	180	16,04	12,22	13,53	229,09
КП22002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
<b>ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена</b>		<b>84,45</b>	27,61	24,54	85,58	770,16

**Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак**

КП22106	Каша "Дружба" молочная	190	5,96	7,72	31,80	220,40
КП22099	Кофейный напиток с молоком	200	2,40	3,30	10,20	69,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00



Контрольное блюдо  
У СОШ 21

