

СОГЛАСОВАНО:
руководитель образовательного учреждения
_____/_____/

УТВЕРЖДАЮ:
Директор



/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ
на 20.10.2022 четверг
СОШ № 18 г.Белорецк

д да	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дополнительное питание Доп.питание						
34	Сок 0,2	200	0,00	0,00	2,20	9,00
Σ по приему: Доп.питание		38,81	0,00	0,00	2,20	9,00
ММС 5-11 класс Завтрак						
54	Салат из моркови	100	2,02	2,00	22,50	120,00
55	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
64	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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
Σ по приему: Завтрак		67,21	25,82	28,80	90,77	681,67
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
90	Суп с пшенной крупой	250	2,17	5,67	48,33	298,33
34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
08	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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
Σ по приему: 2Обед 2 смена		77,54	17,76	80,28	163,69	1012,42
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
54	Салат из моркови	100	2,02	2,00	22,50	120,00
55	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
64	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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
Σ по приему: Завтрак		59,76	20,69	23,60	85,70	605,00
ОВЗ с 1-4 класс Обед						
90	Суп с пшенной крупой	230	1,99	5,21	44,47	274,47

34	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	
08	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	11
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,0
129	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
О по приему: Обед		67,12	16,60	79,40	152,56	946,88

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

190	Суп с пшенной крупой	230	1,99	5,21	44,47	274,47
234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
176	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
129	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	16,60	79,40	152,56	946,88

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

154	Салат из моркови	100	2,02	2,00	22,50	120,00
155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
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	20,69	23,60	85,70	605,00

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

2154	Салат из моркови	100	2,02	2,00	22,50	120,00
2155	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
2164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
0065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ПЬОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГО по приему: Завтрак		67,21	25,82	28,80	90,77	681,67

ОВЗ с 5-11 класс Обед

22190	Суп с пшенной крупой	250	2,17	5,67	48,33	298,33
22234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
22176	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
00065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00

229	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
БЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТО по приему: Обед		77,54	17,76	80,28	163,69	1012,42

ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена

2190	Суп с пшенной крупой	250	2,17	5,67	48,33	298,33
2234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
2176	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
2008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
0065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
0029	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
БЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТО по приему: 2Обед 2 смена		77,54	17,76	80,28	163,69	1012,42

ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена

2154	Салат из моркови	100	2,02	2,00	22,50	120,00
2155	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
2164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
0065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
БЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТО по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	25,82	28,80	90,77	681,67

Учащиеся 1-4 классы Завтрак

2154	Салат из моркови	100	2,02	2,00	22,50	120,00
2155	Плов из куриного филе	150	15,40	15,60	15,20	230,00
2164	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
0065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
БЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТО по приему: Завтрак		59,76	20,69	23,60	85,70	605,00

Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена

2190	Суп с пшенной крупой	230	1,99	5,21	44,47	274,47
2234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
2176	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
2008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
0065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
0029	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
БЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТО по приему: 2Обед 2 смена		67,12	16,60	79,40	152,56	946,88

Учащиеся 5-11 классы Завтрак

4	Салат из моркови	100	2,02	2,00	22,50	120,00
5	Плов из куриного филе	200	20,53	20,80	20,27	306,67
4	Чай с молоком и сахаром	200	2,00	5,00	18,00	75,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	25,82	28,80	90,77	681,67

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена

10	Суп с пшенной крупой	250	2,17	5,67	48,33	298,33
14	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
16	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
18	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
15	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
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	17,76	80,28	163,69	1012,42

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)



КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)

