

Руководитель образовательного учреждения

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./

МОБУ
СОШ №21
г. Белорецк

МЕНЮ

на 20.01.2023 пятница
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						
КП22176	Картофельное пюре	160	5,07	9,33	21,47	200,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежзамороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	1,01	0,80	24,00	144,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	14,07	17,22	54,76	528,00
ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	26,83	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежзамороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	15,59	19,76	66,12	614,00
ОВЗ с 12 лет и старше Обед						
КП22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	1,64	4,55	10,95	91,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	180	4,46	7,32	39,33	242,10
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежзамороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ИТОГО по приему: Обед		84,45	13,80	19,75	115,75	838,43
Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	26,83	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежзамороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	15,59	19,76	66,12	614,00
Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена						
КП22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	1,64	4,55	10,95	91,00

КП22167	Макароны отварные с маслом	180	4,46	7,32	39,33	242,10
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежемороженой ягоды (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	13,80	19,75	115,75	838,43

Уч-ся с 12 лет и старше 2Полдник 2 смена

КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	26,83	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		73,20	15,59	19,76	66,12	614,00

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	160	5,07	9,33	21,47	200,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежемороженой ягоды	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	1,01	0,80	24,00	144,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	14,07	17,22	54,76	528,00

Уч-ся с 7-11 лет 2Обед 2 смена

КП22218	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230	7,50	8,19	10,07	146,00
КП22167	Макароны отварные с маслом	150	3,72	6,10	32,77	201,75
КП22077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
КП22005	Компот из свежемороженой ягоды (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,60	1,00	12,80	71,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		72,54	17,06	21,41	96,78	787,75

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	150	4,75	8,75	20,13	187,50
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22003	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	12,41	16,75	62,73	517,50



Контрольное блюдо

КОШ №21