

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образовательного учреждения

МОБУ
СОШ №21
г. Белорецк

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./

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 свежезамороженных 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 свежезамороженных 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 свежезамороженных 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 свежезамороженных 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 свежезамороженных 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: 20 бед 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 свежезамороженных 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: 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	Төфтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежезамороженных 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		64,44	14,07	17,22	54,76	528,00

Уч-ся с 7-11 лет 20безд 2 смена

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

СОШ №21

