

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ

на 19.01.2023 четверг
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

КП22256	Каша рисовая с куриным филе	250	7,67	15,14	28,89	311,11
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	10,19	16,19	59,14	539,11

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

КП22256	Каша рисовая с куриным филе	300	9,20	18,17	34,67	373,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	11,72	19,22	64,92	601,33

ОВЗ с 12 лет и старше Обед

КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
КП22387	Сложный гарнир: каша гречневая рассыпчатая, мясная подлива, винегрет овощной	230	10,81	15,64	35,19	330,00
КП22007	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
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	24,51	25,11	148,72	986,33

Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак

КП22256	Каша рисовая с куриным филе	300	9,20	18,17	34,67	373,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	11,72	19,22	64,92	601,33

Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7,60	6,40	32,60	219,00
КП22387	Сложный гарнир: каша гречневая рассыпчатая, мясная подлива, винегрет овощной	230	10,81	15,64	35,19	330,00
КП22007	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
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: 2Обед 2 смена		84,45	24,51	25,11	148,72	986,33

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

КП22256	Каша рисовая с куриным филе	300	9,20	18,17	34,67	373,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	11,72	19,22	64,92	601,33

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

КП22256	Каша рисовая с куриным филе	250	7,67	15,14	28,89	311,11
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	10,19	16,19	59,14	539,11

Уч-ся с 7-11 лет 2Обед 2 смена

КП22264	Суп картофельный с бобовыми и гренками	230	5,90	8,00	18,00	162,00
КП22383	Сложный гарнир: каша гречневая рассыпчатая, мясная подливка, винегрет овощной	200	9,40	13,60	21,00	287,00
КП22007	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	17,60	67,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
ШК00129	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	19,54	23,90	108,40	821,00

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Завтрак

КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,50	4,00	21,00	180,00
КП22178	Котлеты куриные с подливом овощным	100	4,00	4,85	12,00	168,00
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	10,96	9,85	69,50	555,00

Контрольное

ДЕН СОШ №21

