

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Исакова Г.Ф./

Исаак



МЕНЮ

на 18.12.2025 четверг
МОБУ СОШ № 21 г.Белорецк

| Код блюда | Наименование | Выход блюда (гр) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--|------------------|------------------|-------|----------|-------------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Начальные классы Завтрак | | | | | | |
| КП25050 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 4,79 | 5,00 | 21,00 | 206,00 |
| КП25196 | Соус томатный | 25 | 0,25 | 1,13 | 1,50 | 17,50 |
| КП25027 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40 | 3,20 | 0,48 | 15,36 | 92,80 |
| КП25078 | Йогурт | 100 | 2,10 | 2,20 | 10,00 | 96,00 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 71,09 | 10,54 | 8,80 | 54,36 | 439,30 |
| Начальные классы Обед | | | | | | |
| КП25033 | Суп-лапша домашняя | 200 | 4,79 | 6,07 | 16,00 | 225,33 |
| КП25021 | Каша "Полтавская" рассыпчатая | 150 | 2,35 | 3,60 | 14,00 | 145,83 |
| КП25001 | Котлеты куриные с соусом томатным | 90 | 9,30 | 5,30 | 3,20 | 104,00 |
| КП25028 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,00 | 0,05 | 27,50 | 110,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 35 | 2,80 | 0,42 | 13,44 | 81,20 |
| ШК00129 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 30 | 2,43 | 4,20 | 10,61 | 69,00 |
| ИТОГО по приему: Обед | | 79,73 | 22,67 | 19,64 | 84,75 | 735,37 |
| Начальные классы 2Обед 2 смена | | | | | | |
| КП25033 | Суп-лапша домашняя | 200 | 4,79 | 6,07 | 16,00 | 225,33 |
| КП25021 | Каша "Полтавская" рассыпчатая | 150 | 2,35 | 3,60 | 14,00 | 145,83 |
| КП25001 | Котлеты куриные с соусом томатным | 90 | 9,30 | 5,30 | 3,20 | 104,00 |
| КП25028 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,00 | 0,05 | 27,50 | 110,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 35 | 2,80 | 0,42 | 13,44 | 81,20 |
| ШК00129 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 30 | 2,43 | 4,20 | 10,61 | 69,00 |
| ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена | | 79,73 | 22,67 | 19,64 | 84,75 | 735,37 |
| Начальные классы 2Полдник 2 смена | | | | | | |
| КП25050 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 4,79 | 5,00 | 21,00 | 206,00 |
| КП25196 | Соус томатный | 25 | 0,25 | 1,13 | 1,50 | 17,50 |
| КП25027 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40 | 3,20 | 0,48 | 15,36 | 92,80 |
| КП25078 | Йогурт | 100 | 2,10 | 2,20 | 10,00 | 96,00 |
| ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена | | 71,09 | 10,54 | 8,80 | 54,36 | 439,30 |

Старшие классы Завтрак

| | | | | | | |
|---------------------------------|--|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| КП25050 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 5,75 | 6,00 | 25,20 | |
| КП25196 | Соус томатный | 25 | 0,25 | 1,13 | 1,50 | 17,50 |
| КП25027 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50 | 4,00 | 0,60 | 19,20 | 116,00 |
| КП25078 | Йогурт | 100 | 2,10 | 2,20 | 10,00 | 96,00 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 78,02 | 12,30 | 9,93 | 62,40 | 503,70 |

Старшие классы Обед

| | | | | | | |
|------------------------------|--|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| КП25033 | Суп-лапша домашняя | 250 | 5,98 | 7,58 | 20,00 | 281,67 |
| КП25021 | Каша "Полтавская" рассыпчатая | 165 | 2,58 | 3,96 | 15,40 | 160,42 |
| КП25085 | Котлеты куриные с соусом томатным | 100 | 9,30 | 5,30 | 3,20 | 104,00 |
| КП25028 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,00 | 0,05 | 27,50 | 110,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50 | 4,00 | 0,60 | 19,20 | 116,00 |
| ШК00129 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 45 | 3,65 | 6,30 | 15,91 | 103,50 |
| ИТОГО по приему: Обед | | 90,02 | 26,51 | 23,79 | 101,22 | 875,58 |

Старшие классы 2Обед 2 смена

| | | | | | | |
|---------------------------------------|--|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| КП25033 | Суп-лапша домашняя | 250 | 5,98 | 7,58 | 20,00 | 281,67 |
| КП25021 | Каша "Полтавская" рассыпчатая | 165 | 2,58 | 3,96 | 15,40 | 160,42 |
| КП25085 | Котлеты куриные с соусом томатным | 100 | 9,30 | 5,30 | 3,20 | 104,00 |
| КП25028 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,00 | 0,05 | 27,50 | 110,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50 | 4,00 | 0,60 | 19,20 | 116,00 |
| ШК00129 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 45 | 3,65 | 6,30 | 15,91 | 103,50 |
| ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена | | 90,02 | 26,51 | 23,79 | 101,22 | 875,58 |

Старшие классы 2Полдник 2 смена

| | | | | | | |
|--|--|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| КП25050 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 5,75 | 6,00 | 25,20 | 247,20 |
| КП25196 | Соус томатный | 25 | 0,25 | 1,13 | 1,50 | 17,50 |
| КП25027 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 50 | 4,00 | 0,60 | 19,20 | 116,00 |
| КП25078 | Йогурт | 100 | 2,10 | 2,20 | 10,00 | 96,00 |
| ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена | | 78,02 | 12,30 | 9,93 | 62,40 | 503,70 |

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Завтрак

| | | | | | | |
|---------|--|-----|------|-------|-------|--------|
| КП31016 | Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное) | 100 | 1,70 | 14,10 | 6,00 | 158,00 |
| ЛК22566 | Макароны отварные с маслом растительным | 160 | 3,97 | 5,98 | 28,78 | 229,60 |
| КП25196 | Соус томатный | 25 | 0,25 | 1,13 | 1,50 | 17,50 |
| КП25027 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,00 |

| | | | | | |
|--|--------------|------|-------|-------|--------|
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 40 | 3,20 | 0,48 | 15,36 | 92,80 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | 71,09 | 9,32 | 21,68 | 58,14 | 524,90 |

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Обед

| | | | | | | |
|------------------------------|--|--------------|-------|-------|-------|--------|
| I25016 | Борщ с капустой и картофелем | 230 | 1,53 | 3,07 | 10,73 | 88,93 |
| ЛАК1022 | Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным | 150 | 4,35 | 7,05 | 33,52 | 215,25 |
| КП25008 | Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным | 90 | 8,10 | 4,50 | 2,90 | 84,00 |
| КП25028 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,00 | 0,05 | 27,50 | 110,00 |
| 0000065 | Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 35 | 2,80 | 0,42 | 13,44 | 81,20 |
| ШК00129 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом | 30 | 2,43 | 4,20 | 10,61 | 69,00 |
| ИТОГО по приему: Обед | | 79,73 | 20,21 | 19,29 | 98,71 | 648,38 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Доп.питание (1-4 кл.) Завтрак

| | | | | | | |
|---------------------------------|---------------------------|--------------|------|------|------|------|
| ПОК0266 | Вафли "Золотце моё" 20гр. | 1 шт | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 27,84 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

**Контрольное
блюдо**

**МОБУ СОШ № 21
г. Белорецк**

ЕШЬ
УЧИСЬ
РАСТИ



Контрольное блюдо

МОБУ СОШ № 21
г. Белорецк

