

Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ

на 17.02.2023 пятница
МОБУ СОШ № 21 г.Белорецк

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
ММС с 12 лет и старше Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	38,33	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежемороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	18,33	19,36	70,82	550,00

ММС 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 свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	5,60	0,84	32,48	162,40
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	17,64	19,19	106,23	748,83

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	38,33	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	18,33	19,36	70,82	550,00

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 свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	5,60	0,84	32,48	162,40
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	17,64	19,19	106,23	748,83

ОВЗ с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

0000077	Биточки мясные с соусом томатным	100	1,40	4,73	1,95	74,00
000022005	Компот из свежемороженой ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
000000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	5,60	0,84	32,48	162,40
ШКО00129	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	17,64	19,19	106,23	748,83

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

КП22176	Картофельное пюре	200	6,33	11,67	38,33	250,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежемороженой ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
000000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,00	0,60	23,20	116,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		73,20	18,33	19,36	70,82	550,00

Уч-ся с 7-11 лет Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	160	5,07	9,33	30,67	200,00
КП22019	Тефтели из говядины с подливом овощным	100	6,20	7,00	6,10	123,00
КП22151	Напиток витаминизированный из свежемороженой ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
000000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,20	0,48	18,56	92,80
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	16,27	16,90	58,52	476,80

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 ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	0,20	0,09	0,19	61,00
000000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	5,20	0,78	30,16	150,80
ШКО00129	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	20,62	20,89	87,94	704,55

с 7-11 лет пищ.аллергия 1 Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	160	5,07	9,33	30,67	200,00
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
000000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,20	0,48	18,56	92,80
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	14,67	16,81	61,83	442,80



Контрольное блюдо

КОШ №21