

СОГЛАСОВАНО:
 Руководитель образовательного учреждения
 _____ / _____

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор

/Набиуллин Р.Р./




МЕНЮ
на 14.10.2022 пятница
СОШ № 18 г.Белорецк

Дата	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дополнительное питание Доп.питание						
19	Апельсин <i>паста, яблоко</i>	260	1,27	1,20	169,00	208,00
О по приему: Доп.питание		38,81	1,27	1,20	169,00	208,00
ММС 5-11 класс Завтрак						
176	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
19	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
151	Напиток витаминизированный из свежемороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
165	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		67,21	12,33	11,32	66,02	529,33
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
148	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
167	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,09	28,41	174,85
234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	6,90	4,40	115,00
107	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
165	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Обед 2 смена		77,54	19,06	80,81	129,29	818,18
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
176	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
19	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
151	Напиток витаминизированный из свежемороженных ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
165	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		59,76	12,16	10,49	59,31	489,75
ОВЗ с 1-4 класс Обед						
218	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230/5	1,50	4,19	10,07	84,00

2167	Макароны отварные с маслом	120	2,98	3,78	26,22	
2096	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/30	8,00	69,00	4,40	
2007	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	
2065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	
20129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0
ИТОГО по приему: Обед		67,12	17,68	79,70	118,96	756,0

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

2218	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230/5	1,50	4,19	10,07	84,00
2167	Макароны отварные с маслом	120	2,98	3,78	26,22	161,40
2096	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/30	8,00	69,00	4,40	115,00
2007	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
2065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
20129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		67,12	17,68	79,70	118,96	756,07

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

2176	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
2019	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
2151	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
2065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	12,16	10,49	59,31	489,75

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

2176	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
2019	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
2151	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
2065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО по приему: Завтрак		67,21	12,33	11,32	66,02	529,33

ОВЗ с 5-11 класс Обед

2048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
2167	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,09	28,41	174,85
2234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
2007	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
2065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00

	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	4,33	1,67	21,33	118,33
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: Обед		77,54	19,06	80,81	129,29	818,18
ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена						
2048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
2167	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,09	28,41	174,85
2234	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
2007	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
0065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: 2Обед 2 смена		77,54	19,06	80,81	129,29	818,18
ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена						
2176	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
2019	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
2151	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	12,33	11,32	66,02	529,33
Учащиеся 1-4 классы Завтрак						
2176	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
2019	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
2151	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
0065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: Завтрак		59,76	12,16	10,49	59,31	489,75
Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена						
218	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230/5	1,50	4,19	10,07	84,00
167	Макароны отварные с маслом	120	2,98	3,78	26,22	161,40
096	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/30	8,00	69,00	4,40	115,00
007	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: 2Обед 2 смена		67,12	17,68	79,70	118,96	756,07
Учащиеся 5-11 классы Завтрак						

5	Картофельное пюре	200	0,67	3,33	26,83	158,33
9	Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40	8,60	6,90	6,00	130,00
1	Напиток витаминизированный из свежемороженых ягод	200	1,80	0,09	3,19	61,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
ОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	12,33	11,32	66,02	529,33

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена

8	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5	1,64	4,55	10,95	91,00
7	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,09	28,41	174,85
4	Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40	8,00	69,00	4,40	115,00
17	Напиток яблочный	200	0,10	0,10	22,20	67,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	19,06	80,81	129,29	818,18

КОНТРОЛЬНОЕ

БЛЮДО

МОБУ СОШ 18(8)



КОНТРОЛЬНОЕ

БЛЮДО

МОБУ СОШ 18(8)

