

СОГЛАСОВАНО:
руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ
на 16.11.2022 среда
СОШ № 18 г.Белоружск



№ п/п	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дополнительное питание Доп.питание						
46	Йогурт	100	4,10	4,20	10,00	96,00
по приему: Доп.питание		38,81	4,10	4,20	10,00	96,00
ММС 5-11 класс Завтрак						
70	Салат из свеклы на растительном масле	60	1,20	3,15	4,80	57,00
76	Картофельное пюре	180	0,60	3,00	24,15	142,50
27	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	60	8,20	3,60	1,60	72,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
05	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	11,46	11,25	67,05	478,50
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
21	Суп картофельный с бобовыми и гречками	230/20	6,99	5,89	29,99	201,48
07	Макароны отварные с маслом	150	3,72	4,72	32,78	201,75
77	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00
05	Компот из свежемороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
05	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	26,11	20,97	137,29	964,56
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
70	Салат из свеклы на растительном масле	40	0,80	2,10	3,20	38,00
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
27	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	60	8,20	3,60	1,60	72,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
05	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		59,76	10,96	9,70	61,43	435,75

ОВЗ с 1-4 класс Обед

1	Суп картофельный с бобовыми и гречками	230/20	6,99	5,89	29,99	
7	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,10	28,41	
7	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	1
5	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,
6	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
9	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
0Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Обед		67,12	24,62	19,91	125,65	896,00

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

1	Суп картофельный с бобовыми и гречками	230/20	6,99	5,89	29,99	201,48
7	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,10	28,41	174,85
7	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00
5	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
6	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
9	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
0Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		67,12	24,62	19,91	125,65	896,00

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

0	Салат из свеклы на растительном масле	40	0,80	2,10	3,20	38,00
5	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
7	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	60	8,20	3,60	1,60	72,00
3	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
6	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
0Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	10,96	9,70	61,43	435,75

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

0	Салат из свеклы на растительном масле	60	1,20	3,15	4,80	57,00
5	Картофельное пюре	180	0,60	3,00	24,15	142,50
7	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	60	8,20	3,60	1,60	72,00
3	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
6	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
0Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	11,46	11,25	67,05	478,50

ОВЗ с 5-11 класс Обед

1	Суп картофельный с бобовыми и гречками	230/20	6,99	5,89	29,99	201,48
---	--	--------	------	------	-------	--------

	Макароны отварные с маслом	150	3,72	4,72	32,78	201,75
7	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00
05	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
65	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
10Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00

по приему: Обед		77,54	26,11	20,97	137,29	964,56
------------------------	--	--------------	-------	-------	--------	--------

ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена

21	Суп картофельный с бобовыми и гречками	230/20	6,99	5,89	29,99	201,48
67	Макароны отварные с маслом	150	3,72	4,72	32,78	201,75
77	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00
05	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
65	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
10Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00

по приему: 2Обед 2 смена		77,54	26,11	20,97	137,29	964,56
---------------------------------	--	--------------	-------	-------	--------	--------

ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена

70	Салат из свеклы на растительном масле	60	1,20	3,15	4,80	57,00
76	Картофельное пюре	180	0,60	3,00	24,15	142,50
27	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	60	8,20	3,60	1,60	72,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
0Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00

по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	11,46	11,25	67,05	478,50
------------------------------------	--	--------------	-------	-------	-------	--------

Учащиеся 1-4 классы Завтрак

70	Салат из свеклы на растительном масле	40	0,80	2,10	3,20	38,00
76	Картофельное пюре	150	0,50	2,50	20,13	118,75
69	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
5	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
0Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00

по приему: Завтрак		59,76	13,26	10,18	64,99	462,75
---------------------------	--	--------------	-------	-------	-------	--------

Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена

21	Суп картофельный с бобовыми и гречками	230/20	6,99	5,89	29,99	201,48
67	Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,10	28,41	174,85
77	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00

	Компот из свежемороженой ягоды (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	65	1,64	1,30	39,00	234,00
9	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,47	1,33	17,07	94,67
Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		67,12	24,62	19,91	125,65	896,00

Учащиеся 5-11 классы Завтрак

	Салат из свеклы на растительном масле	60	1,20	3,15	4,80	57,00
	Картофельное пюре	180	0,60	3,00	24,15	142,50
	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	60	8,20	3,60	1,60	72,00
	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	1,26	1,00	30,00	180,00
Д	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	11,46	11,25	67,05	478,50

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена

	Суп картофельный с бобовыми и гречкой	230/20	6,99	5,89	29,99	201,48
	Макароны отварные с маслом	150	3,72	4,72	32,78	201,75
	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00
	Компот из свежемороженой ягоды (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	70	1,76	1,40	42,00	252,00
9	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4,33	1,67	21,33	118,33
Д	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	26,11	20,97	137,29	964,56

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**



КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО МОБУ СОШ 18(8)

