

СОГЛАСОВАНО:
руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./

МЕНЮ

на 26.09.2022 понедельник
СОШ № 18 г.Белорецк



№ п/п	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дети ДИ с 5-11 класс Завтрак						
92	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
56	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
03	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: Завтрак		67,21	21,15	33,83	58,47	621,00
Дети ДИ с 5-11 класс Обед						
33	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250/5	2,17	5,00	15,50	200,00
20	Пюре гороховое	130	2,68	1,56	24,44	119,60
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
55	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	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: Обед		77,54	20,25	16,92	114,46	880,93
ММС 5-11 класс Завтрак						
92	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
56	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
03	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: Завтрак		67,21	21,15	33,83	58,47	621,00
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
33	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250/5	2,17	5,00	15,50	200,00
20	Пюре гороховое	130	2,68	1,56	24,44	119,60
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
55	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	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: 2Обед 2 смена		77,54	20,25	16,92	114,46	880,93
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
92	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
56	Каша рисовая с куриным филе	150	14,20	18,40	23,70	320,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
03	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: Завтрак		59,76	18,31	30,15	53,73	557,00
ОВЗ с 1-4 класс Обед						
13	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	230/5	1,99	4,60	14,26	184,00

20	Пюре гороховое	130	2,68	1,56	24,44	
77	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	
05	Компот из свежемороженой ягод (яблоки/черноплодная)	200	1,80	0,09	3,19	
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	39,00	
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	40	3,47	1,33	17,07	9
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0
по приему: Обед		67,12	19,08	16,08	105,96	823,2
ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена						
13	Рассольник ленинградский с крупой перловой со смет	230/5	1,99	4,60	14,26	184,00
20	Пюре гороховое	130	2,68	1,56	24,44	119,60
77	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00
05	Компот из свежемороженой ягод (яблоки/черноплодная)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	39,00	234,00
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		67,12	19,08	16,08	105,96	823,27
ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена						
92	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
56	Каша рисовая с куриным филе	150	14,20	18,40	23,70	320,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
03	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	18,31	30,15	53,73	557,00
ОВЗ с 5-11 класс Завтрак						
92	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
56	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
03	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Завтрак		67,21	21,15	33,83	58,47	621,00
ОВЗ с 5-11 класс Обед						
33	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250/5	2,17	5,00	15,50	200,00
20	Пюре гороховое	130	2,68	1,56	24,44	119,60
77	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00
05	Компот из свежемороженой ягод (яблоки/черноплодная)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	70	1,76	1,40	42,00	252,00
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: Обед		77,54	20,25	16,92	114,46	880,93
ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена						
33	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250/5	2,17	5,00	15,50	200,00
20	Пюре гороховое	130	2,68	1,56	24,44	119,60
77	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00
05	Компот из свежемороженой ягод (яблоки/черноплодная)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
55	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	70	1,76	1,40	42,00	252,00
29	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЮД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Обед 2 смена		77,54	20,25	16,92	114,46	880,93
ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена						
92	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
56	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
03	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	21,15	33,83	58,47	621,00

Учащиеся 1-4 классы Завтрак

192	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
256	Каша рисовая с куриным филе	150	14,20	18,40	23,70	320,00
103	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		59,76	18,31	30,15	53,73	557,00

Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена

213	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	230/5	1,99	4,60	14,26	184,00
120	Пюре гороховое	130	2,68	1,56	24,44	119,60
177	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00
105	Компот из свежемороженой ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и жиро	65	1,64	1,30	39,00	234,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	40	3,47	1,33	17,07	94,67
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Обед 2 смена		67,12	19,08	16,08	105,96	823,27

Учащиеся 5-11 классы Завтрак

192	Салат витаминный	100	1,50	4,50	11,00	90,00
256	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384,00
103	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
203	Бутерброд с маслом	60	2,41	6,75	12,53	120,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		67,21	21,15	33,83	58,47	621,00

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена

133	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250/5	2,17	5,00	15,50	200,00
120	Пюре гороховое	130	2,68	1,56	24,44	119,60
177	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,50	7,20	8,00	130,00
105	Компот из свежемороженой ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,80	0,09	3,19	61,00
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и жиро	70	1,76	1,40	42,00	252,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	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	20,25	16,92	114,46	880,93

КОНТРОЛЬНОЕ

БЛЮДО

МОБУ СОШ 18(8)



КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО МОБУ СОШ 18(8)

