

СОГЛАСОВАНО:
/ководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Набиуллин Р.Р./

МЕНЮ

на 28.09.2022 среда
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						
52	Жаркое по-домашнему	200	20,08	19,36	17,20	322,40
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
02	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
53	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: Завтрак		67,21	23,09	27,01	46,03	516,40
Дети ДИ с 5-11 класс Обед						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	250	3,33	11,67	50,00	305,00
13	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160	5,23	3,95	32,96	214,40
69	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
02	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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
Итого по приему: Обед		77,54	25,46	22,86	161,75	1031,73
ММС 5-11 класс Завтрак						
52	Жаркое по-домашнему	200	20,08	19,36	17,20	322,40
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
02	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
53	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: Завтрак		67,21	23,09	27,01	46,03	516,40
ММС 5-11 класс 2Обед 2 смена						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	250	3,33	11,67	50,00	305,00
13	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160	5,23	3,95	32,96	214,40
69	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
02	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
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
Итого по приему: 2Обед 2 смена		77,54	25,46	22,86	161,75	1031,73
ОВЗ с 1-4 класс Завтрак						
52	Жаркое по-домашнему	150	15,06	14,52	12,90	241,80
03	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
02	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
53	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЮД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого по приему: Завтрак		59,76	18,07	22,17	41,73	435,80
ОВЗ с 1-4 класс Обед						
56	Суп картофельный с лапшой домашней	230	3,07	10,73	46,00	280,60

113	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130	4,25	3,21	26,78	
269	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	39,00	
0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	40	3,47	1,33	17,07	
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	
ГО по приему: Обед		67,12	23,22	20,75	144,31	925,47

ОВЗ с 1-4 класс 2Обед 2 смена

156	Суп картофельный с лапшой домашней	230	3,07	10,73	46,00	280,60
113	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130	4,25	3,21	26,78	174,20
269	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	39,00	234,00
0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	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	23,22	20,75	144,31	925,47

ОВЗ с 1-4 класс 2Полдник 2 смена

252	Жаркое по-домашнему	150	15,06	14,52	12,90	241,80
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: 2Полдник 2 смена		59,76	18,07	22,17	41,73	435,80

ОВЗ с 5-11 класс Завтрак

252	Жаркое по-домашнему	200	20,08	19,36	17,20	322,40
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: Завтрак		67,21	23,09	27,01	46,03	516,40

ОВЗ с 5-11 класс Обед

156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	3,33	11,67	50,00	305,00
113	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160	5,23	3,95	32,96	214,40
269	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	70	1,76	1,40	42,00	252,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	50	4,33	1,67	21,33	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: Обед		77,54	25,46	22,86	161,75	1031,73

ОВЗ с 5-11 класс 2Обед 2 смена

156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	3,33	11,67	50,00	305,00
113	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160	5,23	3,95	32,96	214,40
269	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	5,16	99,00
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43,00
065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	70	1,76	1,40	42,00	252,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	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	25,46	22,86	161,75	1031,73

ОВЗ с 5-11 класс 2Полдник 2 смена

252	Жаркое по-домашнему	200	20,08	19,36	17,20	322,40
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	6,50	27,00
202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	12,53	120,00
153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГО по приему: 2Полдник 2 смена		67,21	23,09	27,01	46,03	516,40

Учащиеся 1-4 классы Завтрак					
252	Жаркое по-домашнему	150	15,06	14,52	241,80
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	27,00
202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	120,00
153	Фрукты свеж. (шт.)	100	0,40	0,40	47,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		59,76	18,07	22,17	435,80

Учащиеся 1-4 классы 2Обед 2 смена					
156	Суп картофельный с лапшой домашней	230	3,07	10,73	280,60
113	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130	4,25	3,21	174,20
269	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	99,00
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	43,00
165	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	65	1,64	1,30	234,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	40	3,47	1,33	94,67
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Обед 2 смена		67,12	23,22	20,75	925,47

Учащиеся 5-11 классы Завтрак					
252	Жаркое по-домашнему	200	20,08	19,36	322,40
003	Чай с сахаром	200	0,20	0,50	27,00
202	Бутерброд с маслом	50	2,41	6,75	120,00
153	Фрукты свеж. (шт.)	100	0,40	0,40	47,00
ЙОД	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00
О по приему: Завтрак		67,21	23,09	27,01	516,40

Учащиеся 5-11 классы 2Обед 2 смена					
156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	3,33	11,67	305,00
113	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160	5,23	3,95	214,40
269	Котлета рыбная	60	10,50	4,08	99,00
002	Компот из вишни	200	0,30	0,10	43,00
165	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и ж	70	1,76	1,40	252,00
129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витамина	50	4,33	1,67	118,33
ЙОД	Соль йодированная	3	0,00	0,00	0,00
О по приему: 2Обед 2 смена		77,54	25,46	22,86	1031,73

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**



**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
МОБУ СОШ 18(8)**

