

Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Набиуллин Р.Р./



МЕНЮ

на 28.04.2023 пятница
МОБУ СОШ № 21 г.Белорецк



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
ММС с 12 лет и старше Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	200	4,67	9,18	26,83	206,67
КП22388	Рыба тушеная с овощами	100	22,67	7,17	0,50	158,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	32,59	17,00	50,78	529,00

ММС с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
КП22475	Плов из говядины	215	10,03	14,62	27,23	293,83
КП22476	Напиток лимонный	200	0,10	0,01	18,90	73,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,60	17,05	94,67
ПОК0104	Печенье Слободка шахматная 50гр	50	3,60	5,50	35,30	205,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	22,78	31,37	135,18	974,90

ОВЗ с 12 лет и старше Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	200	4,67	9,18	26,83	206,67
КП22388	Рыба тушеная с овощами	100	22,67	7,17	0,50	158,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	32,59	17,00	50,78	529,00

ОВЗ с 12 лет и старше Обед

КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
КП22475	Плов из говядины	215	10,03	14,62	27,23	293,83
КП22476	Напиток лимонный	200	0,10	0,01	18,90	73,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,60	17,05	94,67
ПОК0104	Печенье Слободка шахматная 50гр	50	3,60	5,50	35,30	205,00
ИТОГО по приему: Обед		84,45	22,78	31,37	135,18	974,90

ОВЗ с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
КП22475	Плов из говядины	215	10,03	14,62	27,23	293,83
КП22476	Напиток лимонный	200	0,10	0,01	18,90	73,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,60	17,05	94,67
ПОК0104	Печенье Слободка шахматная 50гр	50	3,60	5,50	35,30	205,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	22,78	31,37	135,18	974,90

ОВЗ с 12 лет и старше 2Полдник 2 смена

КП22176	Картофельное пюре	200	4,67	9,18	26,83	206,67
КП22388	Рыба тушеная с овощами	100	22,67	7,17	0,50	158,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
0000065	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	32,59	17,00	50,78	529,00

СВО с 12 лет и старше Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	200	4,67	9,18	26,83	206,67
КП22388	Рыба тушеная с овощами	100	22,67	7,17	0,50	158,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	32,59	17,00	50,78	529,00

СВО с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
КП22475	Плов из говядины	215	10,03	14,62	27,23	293,83
КП22476	Напиток лимонный	200	0,10	0,01	18,90	73,00
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	3,60	0,54	20,88	104,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,60	17,05	94,67
ПОК0104	Печенье Слободка шахматная 50гр	50	3,60	5,50	35,30	205,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	22,78	31,37	135,18	974,90

Уч-ся с 12 лет и старше Завтрак

КП22176	Картофельное пюре	200	4,67	9,18	26,83	206,67
КП22388	Рыба тушеная с овощами	100	22,67	7,17	0,50	158,33
КП22001	Чай с лимоном и с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
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	32,59	17,00	50,78	529,00

Уч-ся с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,21	5,10	15,81	204,00
КП22475	Плов из говядины	215	10,03	14,62	27,23	293,83

Контрольное блюдо
IV СОШ 21

