

Неделя: 1

День: 1

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ ООШ № 21

Имени А.И. Гераськина

Поселка Перевалка

Т.А. Липаридзе

МЕНЮ
на 29 декабря 2025г



возрастная категория «7-11лет»

сезон «осеннее зимний»

Наименование блюд и кулинарных изделий с указанием основных ингредиентов	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Цена, руб.
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	55	4,81	7,53	13,09	159,06	22,65
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	6,34	6,33	21,08	178,20	17,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,57	3,64	16,55	118,22	13,68
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	0,40	0,40	9,80	47,00	8,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,22	9,88	45,98	2,32
ИТОГО за завтрак:	505	17,24	18,12	70,40	548,46	63,94
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА / СОЛЕННЫЕ ОГУРЦЫ И ТОМАТЫ/	60	0,55	0,09	1,83	11,06	4,98
УХА РОСТОВСКАЯ	200	8,90	2,59	10,06	100,91	7,98
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	8,57	21,24	30,66	346,06	48,41
СОК ФРУКТОВЫЙ/ в ассортименте/	200	0,97	0,19	19,59	83,42	8,54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	2,13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	2,85
кондитерские изделия ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	16,2
ИТОГО за обед:	710	26,28	27,56	117,25	822,47	91,09
ИТОГО за полдник:						

Заведующий производством _____