

Утверждаю:

ИП Эжбаев Ю.Н.

Ю.Н. Эжбаев

Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет

Понедельник первая неделя

На 03 марта 2025 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
150	Каша "Дружба"	3,8	4,83	20,2	139	10,95
110	Блинчики (со сгущенным молоком)	8,4	13,07	33,73	286	24,68
200	Чай с лимоном	0,3	0,1	9,5	40	2,70
25	Хлеб пшеничный	1,9	0,2	12,3	59	1,92
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	2,08
505	Итого	15,7	18,4	82,4	559	42,33

Обед

60	Икра баклажанная (пром.производства)	1,00	3,20	3,80	48	9,22
200	Суп картофельный с клецками	4,62	3,34	11,40	94	6,53
100	Курица в соусе с томатом	11,33	11,25	3,22	160	48,45
150	Рис отварной с овощами	3,33	4,63	30,94	179	12,38
200	Компот из плодов и ягод (зам)	0,15	0,15	17,19	71	5,14
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	3,07
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	3,13
100	Плоды или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	21,50
880	Итого	27,0	23,8	117,3	794	109,42

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар



И.Н.Яворская



Утверждаю:
ИП Эжбаев Ю.Н.
Ю.Н. Эжбаев



Согласовано:
Директор МБОУ ООШ № 21
А.Н. Мочалов

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Понедельник первая неделя
На 03 марта 2025 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена	
240	Каша "Дружба"	6,08	7,73	32,32	222	17,51	21,89
110	Блинчики со сгущенным молоком	8,40	13,07	33,73	286	24,67	30,84
200	Чай с лимоном	0,30	0,10	9,50	40	2,70	3,38
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,92	2,40
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	2,08	2,60
595	Итого	18,00	21,34	94,53	642,00	48,88	61,10

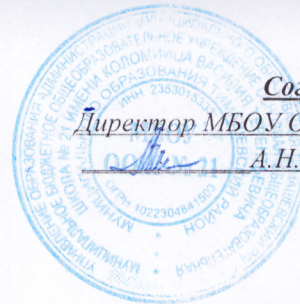
При приготовлении использована соль пищевая йодированная
Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар И.Н. Яворская

Утверждаю:
ИП Эжбаев Ю.Н.
Ю.Н. Эжбаев



Согласовано:
Директор МБОУ ООШ № 21
А.Н. Мочалова



Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше
Инвалиды и ОВЗ

Понедельник первая неделя
На 03 марта 2025 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
240	Каша "Дружба"	6,08	7,73	32,32	222	17,51
110	Блинчики со сгущенным молоком	8,40	13,07	33,73	286	24,67
200	Чай с лимоном	0,30	0,10	9,50	40	2,70
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,92
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	2,08
595	Итого	18,00	21,34	94,53	642	48,88
<u>Обед</u>						
100	Икра баклажанная	1,67	5,33	6,33	80	15,37
250	Суп картофельный с клецками	5,78	4,18	14,25	118	8,32
100	Курица в соусе с томатом	11,33	11,25	3,22	160	48,45
180	Рис отварной с овощами	3,98	5,55	37,13	214	14,86
200	Компот из плодов и ягод	0,15	0,15	17,19	71	5,14
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	3,07
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	3,13
200	Плоды и ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	21,50
1100	Итого	29,43	27,64	128,82	885	119,84
	Всего	47,43	48,98	223,35	1527	168,72

При приготовлении использована соль пищевая йодированная
Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар И.Н. Яворская