

Утверждаю:

МБОУ ООШ № 21

А.С.Денисенко

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Вторник первая неделя

На 07 ноября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Салат из свеклы отварной	0,80	2,70	4,60	46	
90	Биточки из курицы	8,40	6,19	14,40	152	
150	Макароны отварные с овощами	4,70	6,10	26,50	181	
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	
540	Итого	20,54	18,89	73,22	552	0,00

Обед

60	Салат из квашенной капусты с яблоками	0,66	6,12	3,18	71	
200	Суп картофельный с горохом	4,91	2,51	16,33	108	
8	Гренки из пшеничного хлеба	0,90	0,09	5,58	27	
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	7,48	8,49	12,46	157	
150	Картофельное пюре	3,05	5,78	19,78	143	
200	Сок фруктовый пакетированный в ассортименте	0,40	0,40	9,80	47	
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	
100	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	
898	Итого	24,64	24,47	112,59	779	0,00

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

