



Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Среда вторая неделя
На 15 мая 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Салат из свежих помидоров и огурцов	0,60	3,10	1,80	37	13,10
150	Омлет натуральный	12,92	20,08	3,46	245	35,54
200	Какао с молоком сгущенным	2,20	2,20	22,40	118	10,53
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,08
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,80
150	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	12,34
610	Итого	19,72	26,26	59,10	553	75,39

Обед

60	Помидоры соленые в нарезке	0,70	0,10	2,30	13	6,57
200	Суп картофельный	1,87	2,26	13,50	91	5,11
90	Шницель из говядины	12,54	16,80	9,66	240	54,18
150	Каша пшениная вязкая	4,00	4,24	24,56	152	5,77
25	Соус красный основной	0,33	0,52	2,11	14	0,99
200	Чай с молоком	1,50	1,30	15,90	81	5,21
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,77
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
130	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	20,80
925	Итого	26,76	26,10	105,23	775	104,10

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

Повар

И.Н.Яворская





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

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Среда вторая неделя
На 15 мая 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Помидоры соленые в нарезке	1,17	0,17	3,83	22	10,95
250	Суп картофельный	2,34	2,83	16,87	114	6,39
100	Шницель из говядины	13,91	18,66	10,74	267	60,20
180	Каша пшенная вязкая	4,80	5,09	29,47	182	6,91
25	Соус красный основной	0,33	0,52	2,11	14	0,99
200	Чай с молоком	1,50	1,30	15,90	81	5,21
60	Хлеб пшеничный	4,56	0,48	29,52	141	4,15
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
945	Итого	30,59	29,41	118,46	873,00	97,50
	Наценка 25%					24,38
	Всено					121,88

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

Повар

И.Н.Яворская





Утверждаю:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова

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

Среда вторая неделя
На 15 мая 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из свежих помидоров и огурцов	1,00	5,17	3,00	62	21,83
200	Омлет натуральный	17,23	26,77	4,61	327	55,18
200	Какао молоком сгущенным	2,20	2,20	22,40	118	10,53
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,08
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,80
150	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	0,40	0,40	10,00	47	12,34
700	Итого	24,43	35,02	61,45	660	103,76

Обед

100	Помидоры соленные в нарезке	1,17	0,17	3,83	22	10,95
250	Суп картофельный	2,34	2,83	16,87	114	6,39
100	Шницель из говядины	13,91	18,66	10,74	267	60,20
180	Каша пшениная вязкая	4,80	5,09	29,47	182	6,91
25	Соус красный основной	0,33	0,52	2,11	14	0,99
200	Чай с молоком	1,50	1,30	15,90	81	5,21
60	Хлеб пшеничный	4,56	0,48	29,52	141	4,15
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
100	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	20,80
1045	Итого	31,39	29,61	125,96	911	118,30
	Всего	55,82	64,63	187,41	1571	222,06

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

Повар

И.Н.Яворская

