

Утверждаю:
И.о. директора МБОУ ООШ № 21
А.Н.Мочалова



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

Четверг вторая неделя
На 18 апреля 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
40	Маринад овощной с томатом	0,60	3,53	3,87	49	2,42
10	Сыр сычужный твердый порциями	2,46	3,16	0,00	38	5,74
90	Рыба (филе) припущенная	12,69	3,76	0,39	86	34,06
150	Картофельное пюре	3,08	6,18	19,78	147	12,38
200	Чай с лимоном витамин	0,10	0,05	15,20	61	2,78
35	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,42
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,25
550	Итого	23,24	17,26	64,99	506	62,05

Обед

60	Салат из свеклы с квашенной капустой	0,83	7,99	4,49	93	4,90
200	Суп картофельный с домашней лапшой	2,00	2,00	13,46	85	4,63
240	Жаркое по-домашнему из птицы	18,00	12,00	22,00	268	71,09
200	Кисель из вишни	0,20	0,00	13,00	53	7,58
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,77
35	Хлеб ржаной	2,31	0,42	11,69	61	3,15
220	Плоды или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	39,60
995	Итого	27,88	23,23	105,32	750	133,72

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

