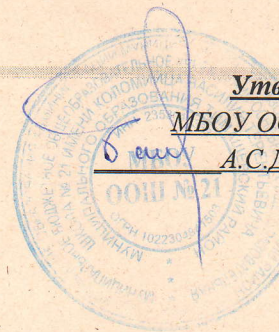


Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет



Утверждаю:
МБОУ ООШ № 21
А.С.Денисенко

Вторник вторая неделя
На 12 сентября 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Помидоры свежие (порционно)	0,66	0,12	2,28	13	
90	Тефтели из говядины с рисом	8,55	13,77	10,26	199	
150	Каша вязкая (ячневая)	3,14	3,99	19,96	128	
30	Соус красный основной	0,44	0,73	2,78	19	
200	Чай с лимоном витамин	0,10	0,05	15,20	61	3,10
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,64
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	
100	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	
675	Итого	16,51	19,50	79,46	561	4,74

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

Повар _____

И.Н.Яворская



Утверждаю:

МБОУ ООШ № 21

А.С.Денисенко

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети от 12 лет и старше

Вторник вторая неделя

На 12 сентября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Помидоры свежие порционно	1,10	0,20	3,80	22	
100	Тефтели из говядины с рисом	9,50	15,30	11,40	221	
180	Каша вязкая ячневая	3,77	4,79	23,95	154	
30	Соус красный основной	0,44	0,73	2,78	19	
200	Чай с лимоном витаминизированный	0,10	0,05	15,20	61	
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	
100	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	0,40	0,40	10,00	47	
760	Итого	18,91	21,95	88,57	630,00	0,00

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

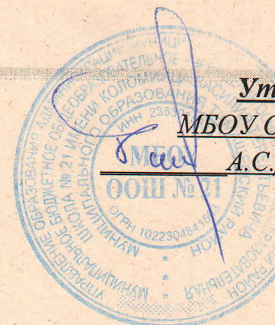
Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

И.Н.Яворская





Утверждаю:
МБОУ ООШ № 21
А.С.Денисенко

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет
Инвалиды и ОВЗ

Вторник вторая неделя
На 12 сентября 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Масло сливочное	0,05	8,25	0,08	75	
200	Каша пшеничная с изюмом	6,98	7,23	39,00	249	
200	Какао с молоком	4,60	3,60	12,60	100	
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,64
100	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	
535	Итого	13,93	19,68	73,98	530	1,64

Обед

60	Салат из белокочанной капусты	0,79	1,95	3,88	36	
200	Солянка домашняя	5,19	8,74	6,59	126	
100	Рыба тушеная в томате с овощами	8,31	9,43	13,84	174	
150	Картофельное пюре	3,08	6,18	19,78	147	
200	Напиток из шиповника	0,60	0,20	15,20	65	
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	
100	Плоды или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	
880	Итого	24,49	27,68	109,99	790	0,00

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

Повар

И.Н.Яворская

