

Утверждаю:

МБОУ ООШ № 21

А.С.Денисенко

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет

Пятница вторая неделя

На 27 октября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Сыр сычужный твердый порциями	2,46	3,16	0,00	38	5,53
60	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	0,48	6,06	1,26	61	8,93
90	Рыба, припущенная с овощами	9,35	3,91	0,45	74	50,31
150	Картофельное пюре	3,05	5,78	19,78	143	11,90
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	7,45
35	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,33
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,18
570	Итого	19,95	19,69	72,34	544	88,63

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

Пятница вторая неделя

На 27 октября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Рыба, припущенная с овощами	10,39	4,34	0,50	82	42,52
180	Картофельное пюре	3,66	6,94	23,74	172	14,28
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	7,45
35	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,33
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,18
540	Итого	18,66	12,06	75,09	482,00	68,76
	Наценка 25%					17,19
	Всено					85,95

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 с 7 до 11 лет
Инвалиды и ОВЗ

Пятница вторая неделя
На 27 октября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
210	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев	8,31	13,12	37,63	303	19,36
200	Какао с молоком сгущенным	3,50	3,30	22,30	133	14,69
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,66
100	Плоды или ягоды свежие (нектарин)	0,90	0,10	9,50	45	22,00
550	Итого	15,75	16,84	89,11	575	58,71

Обед

60	Салат из свежих помидоров и огурцов	0,60	3,10	1,80	37	8,84
200	Борщ с капустой и картофелем	1,44	3,94	8,75	83	5,73
240	Плов из отварной говядины	18,37	18,13	44,87	416	62,88
200	Сок фруктовый пакетированный в ассортименте	0,40	0,40	9,80	47	18,80
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,66
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,62
15	Пирожное школьное к чаю с повидлом	1,50	1,50	10,28	62	13,20
785	Итого	27,33	27,75	105,20	791	114,73

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

