



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

Среда вторая неделя
На 11 сентября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	7,9	10,3	6,0	142	25,21
150	Макароны отварные	5,40	4,80	34,70	204	7,61
200	Сок фруктовый (промышленное производство)	1,0	0,2	20,2	86	6,00
30	Хлеб пшеничный	2,30	0,20	15,10	71	2,10
30	Хлеб ржаной	2,00	0,30	12,70	61	2,81
500	Итого	18,60	15,80	88,70	564	43,73

Обед

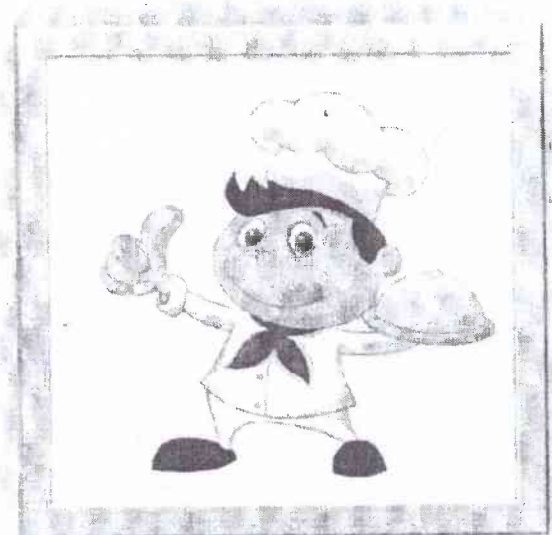
200	Суп картофельный с бобовыми	1,87	2,26	13,50	91	4,49
180	Кулеш с мясом и гречневой крупой	12,54	16,80	9,66	240	64,36
200	Компот из смеси сухофруктов	1,50	1,30	15,90	81	2,80
35	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,46
35	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	3,27
100	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,80	0,20	7,50	38	9,13
750	Итого	21,73	21,24	76,26	596	86,51

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 11 сентября 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
50	Помидоры свежие в нарезке	0,50	0,10	1,80	11,6	5,88
250	Суп картофельный с бобовыми	5,70	4,50	18,70	139	8,76
190	Кулеш с мясом и гречневой крупой	15,55	14,59	18,79	268,23	67,94
200	Компот из смеси сухофруктов			6,80	27,1	2,80
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,30	25,10	118,4	3,51
50	Хлеб ржаной	3,30	0,40	21,20	102	4,68
100	Яблоко	0,40	0,40	9,80	47	9,13
890	Итого	29,25	20,29	102,19	713,33	102,70
	Наценка 25%					25,68
	Всено					128,38

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

Повар

И.Н.Яворская





Утверждаю:

Директор МБОУ ООШ № 21

Н. Мочалова

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

Среда вторая неделя
На 11 сентября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
140	Рыба, тушеная в томате с овощами	20,00	11,00	9,30	221,5	44,71
190	Макароны отварные	3,80	6,30	25,70	175,5	10,40
200	Сок фруктовый (промышленное производство)	1,00	0,20	19,80	86	6,00
40	Хлеб пшеничный	3,10	0,20	20,10	94,7	2,81
48	Хлеб ржаной	3,20	0,40	20,30	97,9	4,49
20	Печенье	1,50	2,00	14,90	83,4	4,50
638	Итого	32,60	20,10	110,10	759	72,91

Обед

ОВЗ, инвалиды, многодетные, СВО						
50	Помидоры свежие в нарезке	0,50	0,10	1,80	11,6	5,88
250	Суп картофельный с бобовыми	5,70	4,50	18,70	139	8,76
190	Кулеш с мясом и гречневой крупой	15,55	14,59	18,79	268,23	67,94
200	Компот из смеси сухофруктов			6,80	27,1	2,80
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,30	25,10	118,4	3,51
50	Хлеб ржаной	3,30	0,40	21,20	102	4,68
100	Яблоко	0,40	0,40	9,80	47	9,13
890	Итого	29,25	20,29	102,19	713	102,70
	Всего	61,85	40,39	212,29	1472,33	175,61

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

Повар

И.Н.Яворская

