

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



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

Среда вторая неделя
На 13 марта 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	17,69
150	Омлет натуральный	12,92	20,08	3,46	245	36,52
200	Какао с молоком сгущенным	2,20	2,20	22,40	118	10,52
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,69
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	11,65
610	Итого	19,72	26,26	59,10	553	80,87

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	5,73
90	Шницель из говядины	12,54	16,80	9,66	240	54,11
150	Каша пшенная вязкая	4,00	4,24	24,56	152	5,80
25	Соус красный основной	0,33	0,52	2,11	14	0,99
200	Чай с молоком	1,50	1,30	15,90	81	5,13
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,72
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	22,10
925	Итого	26,76	26,10	105,23	775	105,85

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

Повар И.Н.Яворская



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

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Среда вторая неделя
На 13 марта 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Помидоры соленые в нарезке	1,17	0,17	3,83	22	10,94
250	Суп картофельный	2,34	2,83	16,87	114	6,08
100	Шницель из говядины	13,91	18,66	10,74	267	59,95
180	Каша пшеничная вязкая	4,80	5,09	29,47	182	6,90
25	Соус красный основной	0,33	0,52	2,11	14	0,99
200	Чай с молоком	1,50	1,30	15,90	81	5,15
60	Хлеб пшеничный	4,56	0,48	29,52	141	2,01
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,66
945	Итого	30,59	29,41	118,46	873,00	94,68
	Наценка 25%					23,67
	Всено					118,35

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

Повар В.И.Яворская

