

Утверждаю:
И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Яворская

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

Понедельник вторая неделя
На 11 декабря 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
90	Тефтели	8,39	13,35	8,95	190	36,16
150	Макароны отварные	5,60	0,67	29,00	145	8,40
180	Кофейный напиток на сгущенном молоке	2,61	1,80	18,81	102	12,43
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,33
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,76
150	Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	10,51
610	Итого	19,84	16,62	83,28	566	70,59

Обед

60	Салат из квашеной капусты	0,78	3,00	4,80	50	8,72
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,32	2,00	16,80	96	5,70
100	Бефстроганов из отварной говядины	14,90	15,60	2,30	210	58,01
150	Каша гречневая (вязкая)	3,20	4,20	20,80	134	5,36
200	Компот из смеси сухофруктов	0,50	0,00	19,80	81	3,19
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,66
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,64
170	Фрукты или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	37,40
950	Итого	27,12	25,78	104,50	764	123,68

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

Повар

И.Н.Яворская





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

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Понедельни вторая неделя
На 11 декабря 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Тефтели	9,32	14,83	9,94	211	40,13
180	Макароны отварные	6,72	0,80	34,80	174	10,05
180	Кофейный напиток на сгущенном молоке	2,61	1,80	18,81	102	12,43
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,00
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,76
100	Фрукты или ягоды свежие (яблоко)	0,40	0,40	10,00	47	7,00
610	Итого	22,65	18,31	94,99	640,00	73,37
	Наценка 25%					18,34
	Всего					91,71

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

Повар

И.Н.Яворская

