

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет

Утверждаю:
МБОУ ООШ № 21
А.С.Денисенко

Понедельник вторая неделя
На 09 октября 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Перец болгарский в нарезке	0,80	0,10	2,90	15	5,83
150	Омлет натуральный	12,92	20,08	3,46	245	25,81
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	8,60
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	1,96
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,73
200	Фрукты или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	26,00
660	Итого	19,12	21,36	73,90	565	69,93

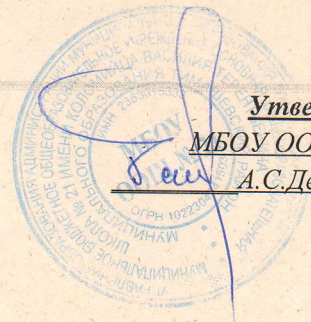
При приготовлении использована соль пищевая йодированная
Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар



И.Н.Яворская





Утверждаю:
МБОУ ООШ № 21
А.С.Денисенко

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Понедельни вторая неделя
На 09 октября 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Перец болгарский в нарезке	1,30	0,10	4,90	26	11,47
200	Омлет натуральный	17,23	26,77	4,61	327	39,11
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	7,64
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	1,96
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,16
100	Фрукты или ягоды свежие (банан)	1,50	0,50	21,00	96	11,50
655	Итого	24,26	28,11	78,90	666,00	73,84
	Наценка "5%"					18,46
	Всего					92,30

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

Понедельник вторая неделя

На 09 октября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Помидоры в нарезке	0,60	0,20	2,20	13	6,44
150	Омлет натуральный	12,92	20,08	3,46	245	25,81
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	8,60
43	Хлеб пшеничный	3,27	0,34	21,16	101	2,81
180	Фрукты или ягоды свежие (персик)	0,80	0,30	9,60	49	28,80
633	Итого	17,89	21,12	61,52	511	72,46

Обед

60	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	0,66	3,65	2,25	44	9,64
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,32	2,00	16,80	96	5,88
100	Бефстроганов из отварной говядины	14,90	15,60	2,30	210	68,12
150	Каша вязкая (гречневая)	3,20	4,20	20,80	134	5,34
200	Компот из смеси сухофруктов	0,50	0,00	19,80	81	2,77
39	Хлеб пшеничный	2,96	0,31	19,19	92	2,55
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,60
115	Фрукты или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	25,30
894	Итого	26,92	26,42	101,46	756	122,20

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

