



Утверждаю:
МБОУ ООШ № 21
А.С.Денисенко

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет

Пятница первая неделя
На 08 сентября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Помидоры свежие (порционно)	0,66	0,12	2,28	13	
90	Зразы рубленые (говядина)	8,60	11,16	11,03	179	
150	Рис отварной с овощами	3,32	4,63	30,94	178	
200	Чай с лимоном (витамин.)	0,10	0,05	15,20	61	
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	
100	Плоды или ягоды свежие (Слива)	0,80	0,30	9,60	49	
640	Итого	16,32	16,66	85,57	562	0,00

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 первая неделя

На 08 сентября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Помидоры свежие порционно	1,10	0,20	3,80	22	
100	Зразы рубленые (говядина)	9,56	12,40	12,25	199	
180	Рис отварной с овощами	3,98	5,55	37,13	214	
200	Чай с лимоном витаминизированный	0,10	0,05	15,20	61	
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	
100	Плоды или ягоды свежие (слива)	0,80	0,30	9,60	49	
735	Итого	19,47	19,04	101,27	659,00	0,00

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 первая неделя
На 08 сентября 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
40	Бутерброд горячий с сыром	5,87	8,93	13,07	150	
200	Каша манная молочная жидкая	6,00	6,70	31,00	209	
200	Кисель из вишни	0,20	0,00	13,00	53	
37	Хлеб пшеничный	2,80	0,29	18,20	87	
23	Хлеб ржаной	1,51	0,28	7,69	40	
500	Итого	16,38	16,20	82,96	539	0,00

Обед

60	Салат из свежих овощей	0,67	3,67	2,35	45	
200	Рассольник	1,31	4,05	9,04	85	
100	Биточки из курицы	9,33	6,88	16,00	169	
150	Каша вязкая (ячневая)	3,14	3,99	19,96	128	
200	Какао с молоком	4,08	3,54	17,58	119	
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	
36	Хлеб ржаной	2,38	0,43	12,02	63	
20	Пирожное школьное к чаю с повидлом	2,00	2,00	13,70	83	
811	Итого	26,33	24,92	112,79	798	0,00

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

Повар

И.Н.Яворская

