

Утверждаю:
ИТ Эжбаев Ю.Н.
Ю.Н. Эжбаев



Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова



Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет

Пятница вторая неделя
На 25 октября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Масло (порциями)	0,1	8,3	0,1	75	7,87
40	Яйца вареные	5,0	4,5	0,3	61	10,40
200	Суп молочный с макаронными изделиями	4,9	4,3	16,0	123	10,08
200	Чай с сахаром	0,2	0,0	10,1	41	1,55
35	Хлеб пшеничный	2,7	0,2	17,6	83	2,49
35	Хлеб ржаной	2,3	0,3	14,8	71	3,30
100	Фрукты или ягоды свежие (бананы)	1,5	0,5	21,0	96	14,00
620	Итого	16,6	18,1	79,9	551	49,69

Обед

60	Огурец в нарезке	0,5	0,1	1,5	8	8,14
200	Суп картофельный с крупой и томатом	1,7	2,2	13,7	82	5,39
200	Рагу из курицы	17,4	21,4	22,7	346	32,94
200	Напиток яблочный	0,1	0,1	20,8	84	2,87
50	Хлеб пшеничный	3,8	0,3	25,1	118	3,55
45	Хлеб ржаной	3,0	0,4	19,1	92	4,24
755	Итого	26,4	24,5	102,9	731	57,13

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар _____ И.Н. Яворская



Пятница вторая неделя
На 25 октября 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена	
100	Огурцы в нарезке	0,78	0,10	2,43	13,58	13,56	16,95
250	Суп картофельный с крупой и томатом	2,14	2,79	17,16	102,76	6,72	8,40
200	Рагу из курицы	13,39	20,40	25,72	345,56	40,07	50,09
200	Напиток яблочный	0,06	0,06	20,81	84,34	2,13	2,66
60	Хлеб тиеничный	4,58	0,37	30,11	142,09	4,26	5,33
50	Хлеб ржаной	3,31	0,44	21,20	101,98	4,72	5,90
100	Фрукты или ягоды свежие (нектарин)	0,87	0,10	9,22	43,65	18,00	22,50
960	Итого	25,13	24,26	126,65	833,96	89,46	111,83

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

Повар  И.Н.Яворская



Утверждено:
И.Н. Яворская (подпись)
Ю.Н. Эжбаев

Согласовано:
Директор МБОУ ООШ № 21
(подпись) А.Н. Мочалова

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

Пятница вторая неделя
На 25 октября 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Масло порциями	0,08	12,38	0,12	112,2	11,80
40	Яйцо вареное	4,96	4,49	0,27	61,3	10,40
250	Суп молочный с макаронными изделиями	6,12	5,05	19,99	150,71	12,25
200	Чай с сахаром	0,19		10,09	41,11	1,55
40	Хлеб пшеничный	3,05	0,25	20,07	94,73	2,84
40	Хлеб ржаной	2,65	0,35	16,96	81,58	3,77
100	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	0,40	0,40	9,80	47	8,93
685	Итого	17,45	22,92	77,30	588,63	51,54
<u>Обед</u>						
<u>ОВЗ,инвалиды,многодетные,СВО</u>						
100	Огурцы в нарезке	0,78	0,10	2,43	13,58	13,56
250	Суп картофельный с крупой и томатом	2,14	2,79	17,16	102,76	6,72
200	Рагу из курицы	13,39	20,40	25,72	345,56	40,07
200	Напиток яблочный	0,06	0,06	20,81	84,34	2,13
60	Хлеб пшеничный	4,58	0,37	30,11	142,09	4,26
50	Хлеб ржаной	3,31	0,44	21,20	101,98	4,72
100	Плоды или ягоды свежие (нектарин)	0,87	0,10	9,22	43,65	18,00
960	Итого	25,13	24,26	126,65	834	89,46
	Всего	42,58	47,18	203,95	1422,59	141,00

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

Повар (подпись) И.Н. Яворская