

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

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



Понедельник первая неделя
На 18 марта 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
40	Помидоры свежие в нарезке	0,44	0,08	1,52	9	16,99
90	Бефстроганов из отварной говядины	12,01	14,04	3,60	189	61,55
150	Каша гречневая вязкая	3,20	4,00	21,22	134	5,41
200	Чай с лимоном (витамин.)	0,10	0,05	15,20	61	2,77
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,36
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,80
200	Плоды или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	44,00
720	Итого	18,99	18,87	68,36	522	133,88

Обед

60	Икра баклажанная (пром.производства)	1,00	3,20	3,80	48	9,22
200	Суп картофельный с клецками	4,62	3,34	11,40	94	4,46
100	Курица в соусе с томатом	11,33	11,25	3,22	160	47,04
150	Рис отварной с овощами	3,33	4,63	30,94	179	10,30
200	Компот из плодов и ягод (зам)	0,15	0,15	17,19	71	4,27
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,72
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
220	Плоды или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	39,60
1000	Итого	26,95	23,75	117,25	794	120,31

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

Понедельник первая неделя

На 18 декабря 2023 год

Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Икра баклажанная	1,67	5,33	6,33	80	15,37
250	Суп картофельный с клецками	5,78	4,18	14,25	118	5,74
100	Курица в соусе с томатом	11,33	11,25	3,22	160	47,04
180	Рис отварной с овощами	3,98	5,55	37,13	214	12,35
200	Компот из плодов и ягод	0,15	0,15	17,19	71	4,27
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,72
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
900	Итого	27,93	27,14	107,82	789,00	90,19
	Наценка 25%					22,55
	Всего					112,74

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

Повар

И.Н.Яворская

