



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

Понедельник первая неделя
На 05 февраля 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Сыр сычужный твердый порциями	3,90	3,98	0,00	51	8,87
180	Каша манная молочная вязкая	6,97	10,64	31,99	251	11,18
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,89
37	Хлеб пшеничный	2,80	0,29	18,20	87	2,49
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,79
200	Фрукты или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	44,00
652	Итого	19,19	18,95	78,37	562	77,22

Обед

60	Салат из белокочанной капусты с морковью	1,00	6,10	5,80	82	3,65
200	Суп картофельный с клецками	4,62	3,34	11,40	94	4,43
100	Курица в соусе с томатом	11,33	11,25	3,22	160	47,00
150	Рис отварной с овощами	3,33	4,63	30,94	179	10,26
200	Компот из фруктов и ягод (зам)	0,15	0,15	17,19	71	4,21
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,70
24	Хлеб ржаной	1,58	0,29	8,02	42	2,14
220	Фрукты или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	39,60
994	Итого	26,55	26,58	117,25	818	113,99

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 05 февраля 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из белокочанной капусты с морковью	1,60	10,10	9,60	136	6,09
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	27,86	31,91	111,09	845	80,91
	Наценка 25%					20,23
	Всего	27,86	31,91	111,09	845	101,14

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

Повар И.Н.Яворская

