

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



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

Четверг вторая неделя
На 18 января 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Масло сливочное (порциями)	0,10	8,20	0,10	75	7,01
90	Рыба припущенная	12,69	3,76	0,39	86	41,49
150	Картофельное пюре	3,08	6,18	19,78	147	12,19
200	Чай с лимоном витамин	0,10	0,05	15,20	61	2,79
34	Хлеб пшеничный	2,81	0,30	18,20	87	2,48
15	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,66
20	Пирожное школьное к чаю с повидлом	2,00	2,00	13,70	83	14,00
519	Итого	22,76	20,85	77,39	591	82,62

Обед

60	Салат витаминный (2 вариант б/перца)	0,94	3,61	5,27	58	4,85
200	Суп картофельный с домашней лапшой	2,29	2,46	13,46	85	4,32
240	Плов из булгура с курицей	18,35	17,39	36,02	374	60,57
200	Кисель из вишни	0,20	0,00	13,00	53	7,58
34	Хлеб пшеничный	2,58	0,27	16,73	80	2,48
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,66
100	Плоды или ягоды свежие (виноград)	0,60	0,60	15,40	72	26,00
864	Итого	26,94	24,69	109,90	774	108,46

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

Четверг вторая неделя
На 18 января 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Масло сливочно порционно	2,46	3,16		38	7,10
100	Рыба припущенная	14,10	4,18	0,43	96	46,13
180	Картофельное пюре	3,70	7,41	23,73	176	15,22
200	Чай с лимоном витаминизированный	0,10	0,05	15,20	61	2,78
32	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,16
24	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,14
36	Пирожное школьное к чаю	2,00	2,00	13,70	83	11,40
582	Итого	26,67	17,38	78,81	579,00	86,93
	Наценка 25%					21,73
	Всего					108,66

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

Повар И.Н.Яворская

