



УТВЕРЖДАЮ

ИП Эжбаев Ю.Н.

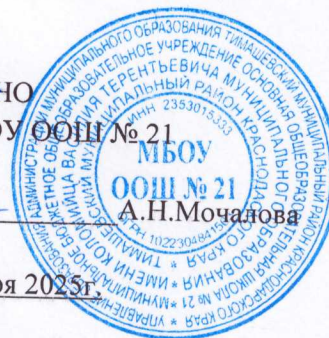
Эжбаев Ю.Н.
Михайлович

Ю.Н.Эжбаев

Дата: 23 октября 2025г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ ООШ № 21



А.Н.Мочалова

Дата: 23 октября 2025г.

МЕНЮ

23 октября 2025 г.

Возрастная категория 7 - 11 лет

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Огурец в нарезке	60	7,80	0,5	0,1	1,5	8
Тефтели мясные	90	38,26	7,2	11,3	9,3	172
Каша гречневая вязкая	160	8,29	4,7	5,5	21,3	153
Чай "Каркаде"	200	1,92	0,0	0,0	7,3	29
Хлеб пшеничный	40	3,30	3,1	0,2	20,1	95
Хлеб ржаной	40	4,34	2,6	0,4	17,0	82
Итого:	590	63,91	18,0	17,4	76,3	539
ОБЕД						
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	8,24	0,6	1,9	2,2	29
Борщ с капустой и картофелем	200	8,36	1,6	4,6	10,1	91
Плов из говядины	200	76,35	15,7	20,2	25,0	394
Сок фруктовый (промышленная упаковка)	200	35,25	1,0	0,2	20,2	86
Хлеб пшеничный	40	3,30	3,7	0,2	20,1	95
Хлеб ржаной	40	4,34	2,0	0,4	17,0	82
Фрукты по сезону (персики)	160	26,40	0,9	0,1	9,2	44
Итого:	900	162,24	25,5	27,5	103,8	819

УТВЕРЖДАЮ

ИП Эжбаев Ю.Н.

Ю.Н. Эжбаев

Дата: 23 октября 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 21

А.Н. Мочалова

Дата: 23 октября 2025 г.

МЕНЮ

23 октября 2025 год

Возрастная категория 12 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена руб.	Сумма руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
Огурцы в нарезке	100	13,00	15,20	0,80	0,10	2,40	13,6
Тефтели мясные	110	46,85	54,76	8,70	13,70	11,30	209,4
Каша гречневая вязкая	180	9,37	10,95	5,30	6,20	24,00	172,6
Чай "Каркаде"	200	1,92	2,24			7,30	29,1
Хлеб пшеничный	40	3,30	3,86	3,10	0,20	20,10	94,7
Хлеб ржаной	40	4,34	5,07	2,60	0,40	17,00	81,60
Итого:	670	78,78	92,09	20,50	20,6	82,1	601



УТВЕРЖДАЮ

ИП. Эжбаев Ю.Н.

Ю.Н. Эжбаев

Дата: 23 октября 2025 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 21

А.Ю. Мочалова

Дата: 23 октября 2025 г.

МЕНЮ

23 октября 2025 год

Возрастная категория 12 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Огурцы в нарезке	100	13,00	0,80	0,10	2,40	13,6
Тефтели мясные	110	46,85	8,70	13,70	11,30	209,4
Каша гречневая вязкая	180	9,37	5,30	6,20	24,00	172,6
Чай "Каркаде"	200	1,92			7,30	29,1
Хлеб пшеничный	40	3,30	3,10	0,20	20,10	94,7
Хлеб ржаной	40	4,34	2,60	0,40	17,00	81,60
Итого:	670	78,78	20,5	20,6	82,1	601
ОБЕД						
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	13,74	1,00	3,20	3,70	48,3
Борщ с капустой и картофелем	250	10,31	2,00	5,80	12,60	113,3
Сметана	20	5,71	0,50	2,90	0,70	40
Плов из говядины	200	76,35	17,60	18,30	42,60	405,6
Сок фруктовый промышленное производство	200	8,00	1,00	0,20	20,20	86
Хлеб пшеничный	40	3,30	3,10	0,20	20,10	94,7
Хлеб ржаной	40	4,34	2,60	0,40	17,00	81,60
Фрукты или ягоды свежие (персики)	100	16,50	0,90	0,10	9,20	43,7
Итого:	950	138,25	28,7	31,1	126,1	913,2
Всего:	1620	217,03	49,2	51,7	208,2	1514,2