

Утверждаю:

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды



Среда первая неделя

На 07 февраля 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
150	Пудинг из творога, (запеченный) со сгущенным молоком	14,40	15,80	24,84	299	40,44
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	8,10
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,02
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,79
130	Плоды или ягоды свежие (виноград)	0,90	0,10	9,50	45	42,47
530	Итого	19,20	16,58	80,88	553	94,82

Обед

60	Салат из свежих помидоров и огурцов	0,60	3,10	1,80	37	17,66
200	Борщ сибирский	2,79	3,65	11,34	89	6,10
100	Котлеты из говядины с соусом	14,01	12,33	10,80	210	60,95
150	Каша гречневая (вязкая)	3,20	4,00	21,22	134	5,38
200	Компот из кураги	0,78	0,05	27,63	115	7,06
42	Хлеб пшеничный	3,19	0,34	20,66	99	2,83
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,68
982	Итого	26,95	24,13	113,77	783	146,66

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

Среда первая неделя

На 07 февраля 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Икра кабачковая	1,00	5,20	3,10	63	6,54
250	Борщ сибирский	3,49	4,05	14,18	108	7,65
100	Котлеты из говядины с соусом	14,01	12,33	10,80	210	39,39
180	Каша гречневая вязкая	3,84	5,04	24,96	161	6,49
200	Компот из кураги	0,78	0,05	27,63	115	7,05
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,72
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,59
30	Пирожное школьное к чаю	1,40	1,50	10,30	62	11,50
900	Итого	30,20	28,97	124,01	883	84,93
	Наценка 25%					21,23
	Всего	30,20	28,97	124,01	883	106,16

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар



И.Н.Яворская

