

Утверждаю:

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Пятница первая неделя

На 22 декабря 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
90	Зразы рубленые (говядина)	8,60	11,16	11,03	179	32,71
150	Каша пшениная вязкая	6,54	9,65	27,84	224	5,75
200	Чай с лимоном (витамин.)	0,10	0,05	15,20	61	2,79
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,34
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,77
130	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	22,10
610	Итого	18,88	21,46	78,09	584	66,46

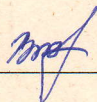
Обед

60	Салат из моркови	0,66	6,06	5,46	79	3,57
200	Рассольник ленинградский	1,74	4,04	12,35	93	5,42
100	Биточки из курицы	9,33	6,88	16,00	169	39,06
150	Каша вязкая (ячневая)	3,14	3,99	19,96	128	4,57
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,88
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	3,02
36	Хлеб ржаной	2,38	0,43	12,02	63	3,19
20	Пирожное школьное к чаю с повидлом	2,00	2,00	13,70	83	14,00
811	Итого	26,47	27,26	112,83	812	81,71

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

Пятница первая неделя
На 22 декабря 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Зразы рубленые (говядина)	9,56	12,40	12,25	199	36,67
180	Каша пшенная вязкая	7,85	11,58	33,41	269	6,90
200	Чай с лимоном витаминизированный	0,10	0,05	15,20	61	2,79
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,01
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,22
535	Итого	21,44	24,57	84,15	643,00	50,59
	Наценка 25%					12,65
	Всего					63,24

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

Повар

И.Н.Яворская

И.Н.Яворская

