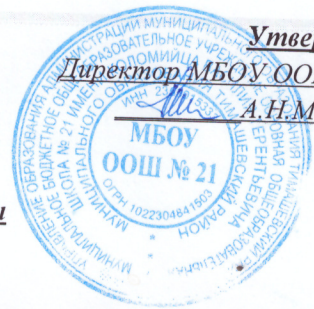




Утверждаю:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Пятница вторая неделя

На 03 мая 2024 год

Завтрак

| Выход | Наименование блюда            | Б     | Ж     | У     | Ккал | Цена  |
|-------|-------------------------------|-------|-------|-------|------|-------|
| 60    | Огурцы свежие порционно       | 0,42  | 0,06  | 1,14  | 7    | 12,75 |
| 90    | Шницель из говядины           | 12,54 | 16,80 | 9,66  | 240  | 54,18 |
| 150   | Макароны отварные             | 5,60  | 0,67  | 29,00 | 145  | 8,60  |
| 200   | Компот из плодов и ягод (зам) | 0,15  | 0,15  | 17,19 | 71   | 11,71 |
| 20    | Хлеб пшеничный                | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 47   | 1,38  |
| 20    | Хлеб ржаной                   | 1,32  | 0,24  | 6,68  | 35   | 1,80  |
| 540   | Итого                         | 21,55 | 18,08 | 73,51 | 545  | 90,42 |

Обед

|     |                                             |       |       |        |     |        |
|-----|---------------------------------------------|-------|-------|--------|-----|--------|
| 60  | Икра кабачковая (пром.производства)         | 0,78  | 2,92  | 2,98   | 41  | 8,07   |
| 200 | Борщ с капустой и картофелем                | 1,44  | 3,94  | 8,75   | 83  | 5,78   |
| 240 | Плов из отварной говядины                   | 18,00 | 18,13 | 44,87  | 416 | 63,60  |
| 200 | Сок фруктовый пакетированный в ассортименте | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47  | 19,85  |
| 40  | Хлеб пшеничный                              | 3,04  | 0,32  | 19,68  | 94  | 2,77   |
| 30  | Хлеб ржаной                                 | 1,98  | 0,36  | 10,02  | 52  | 2,70   |
| 20  | Пирожное школьное к чаю (с повидлом)        | 2,00  | 2,00  | 13,70  | 83  | 14,00  |
| 790 | Итого                                       | 27,64 | 28,07 | 109,80 | 816 | 116,77 |

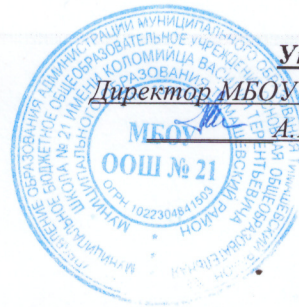
При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская





Утверждаю:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети от 12 лет и старше

Пятница вторая неделя

На 03 мая 2024 год

Обед

| Выход | Наименование блюда                          | Б     | Ж     | У      | Ккал   | Цена   |
|-------|---------------------------------------------|-------|-------|--------|--------|--------|
| 100   | Икра кабачковая                             | 1,30  | 4,87  | 4,97   | 68     | 13,46  |
| 250   | Борщ с капустой и картофелем                | 1,80  | 4,92  | 10,93  | 104    | 7,26   |
| 240   | Плов из отварной говядины                   | 18,00 | 18,13 | 44,87  | 416    | 63,60  |
| 200   | Сок фруктовый пакетированный в ассортименте | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47     | 5,67   |
| 40    | Хлеб пшеничный                              | 3,04  | 0,32  | 19,68  | 94     | 2,77   |
| 38    | Хлеб ржаной                                 | 2,51  | 0,46  | 12,96  | 66     | 3,42   |
|       |                                             |       |       |        |        |        |
|       |                                             |       |       |        |        |        |
| 868   | Итого                                       | 27,05 | 29,10 | 103,21 | 795,00 | 96,18  |
|       | Наценка 25%                                 |       |       |        |        | 24,05  |
|       | Всено                                       |       |       |        |        | 120,23 |

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

Повар

И.Н.Яворская





Меню  
МБОУ СОШ № 21  
Дети от 12 лет и старше  
Инвалиды и ОВЗ

Пятница вторая неделя  
На 03 мая 2024 год

Завтрак

| Выход | Наименование блюда               | Б            | Ж            | У            | Ккал       | Цена         |
|-------|----------------------------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|
| 60    | Огурцы свежие порционно          | 0,42         | 0,06         | 1,14         | 7          | 6,75         |
| 100   | Шницель из говядины              | 13,91        | 18,66        | 10,74        | 267        | 59,88        |
| 180   | Каша гречневая вязкая            | 3,84         | 5,04         | 24,96        | 161        | 6,38         |
| 25    | Срус красный основной            | 0,33         | 0,52         | 2,11         | 14         | 0,98         |
| 200   | Чай с лимоном витаминизированный | 0,10         | 0,05         | 15,20        | 61         | 2,60         |
| 25    | Хлеб пшеничный                   | 1,90         | 0,20         | 12,30        | 59         | 1,66         |
|       |                                  |              |              |              |            |              |
| 25    | Хлеб ржаной                      | 1,65         | 0,30         | 8,53         | 43         | 2,18         |
| 615   | <b>Итого</b>                     | <b>22,15</b> | <b>24,83</b> | <b>74,98</b> | <b>612</b> | <b>80,43</b> |

Обед

|     |                                             |              |              |               |             |               |
|-----|---------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|
| 100 | Салат из свежих помидоров и огурцов         | 1,00         | 5,20         | 3,10          | 63          | 14,78         |
| 250 | Борщ с капустой и картофелем                | 1,80         | 4,92         | 10,93         | 104         | 7,18          |
| 240 | Плов из отварной говядины                   | 18,37        | 18,13        | 44,87         | 416         | 62,88         |
| 200 | Сок фруктовый пакетированный в ассортименте | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 47          | 18,80         |
| 40  | Хлеб пшеничный                              | 3,04         | 0,32         | 19,68         | 94          | 2,66          |
| 38  | Хлеб ржаной                                 | 2,51         | 0,46         | 12,96         | 66          | 3,32          |
| 40  | Пирожное школьное к чаю с повидлом          | 2,00         | 2,00         | 13,70         | 83          | 13,20         |
| 908 | <b>Итого</b>                                | <b>29,12</b> | <b>31,43</b> | <b>115,04</b> | <b>873</b>  | <b>122,82</b> |
|     | <b>Всего</b>                                | <b>51,27</b> | <b>56,26</b> | <b>190,02</b> | <b>1485</b> | <b>203,25</b> |

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

Повар \_\_\_\_\_

И.Н.Яворская

