

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



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

Четверг первая неделя
На 08 февраля 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Сыр сычужный твердый порциями	2,46	3,16	0,00	38	5,74
195	Каша вязкая молочная из риса и пшена	5,65	10,38	31,09	242	16,04
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	2,90	11,30	86	8,89
37	Хлеб пшеничный	2,80	0,29	18,20	87	2,49
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,79
200	Плоды или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	44,00
662	Итого	16,43	17,27	77,57	535	78,95

Обед

60	Салат из свеклы с квашенной капустой	0,83	7,99	4,49	93	5,00
200	Суп картофельный с крупой пшенной	1,74	3,90	11,43	88	4,29
90	Печень по-строгоновски	11,93	10,11	3,17	167	30,78
150	Макароны отварные	5,60	0,67	29,00	145	8,48
200	Компот из смеси сухофруктов	0,50	0,00	27,00	110	4,20
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	3,03
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,68
150	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	11,43
925	Итого	26,40	23,79	117,25	808	69,89

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

[Signature]

И.Н.Яворская



Утверждаю:

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мачалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети от 12 лет и старше

Четверг первая неделя

На 08 февраля 2023 год

Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из свеклы с квашенной капустой	1,38	13,31	7,48	155	8,34
250	Суп картофельный с крупой (рис) и томатом	2,18	4,88	14,29	110	5,99
100	Тефтели из говядины с рисом	13,26	11,23	3,52	185	45,13
180	Макароны отварные	6,72	0,80	34,80	174	10,22
200	Компот из смеси сухофруктов	0,50	0,00	27,00	110	3,60
46	Хлеб пшеничный	3,50	0,37	22,63	108	3,13
36	Хлеб ржаной	2,38	0,43	12,02	63	3,23
150	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	11,65
1062	Итого	30,32	31,42	131,74	952	91,29
	Наценка 25%					22,82
	Всего	30,32	31,42	131,74	952	114,11

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар



И.Н.Яворская

