

Утверждаю:

ИП Эсбаев Ю.Н.

Ю.Н. Эсбаев



Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова



Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет

Среда вторая неделя

На 23 октября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	7,9	10,3	4,0	142	25,39
150	Пюре картофельное	3,2	5,3	21,4	146	13,67
200	Сок фруктовый (промышленное производство)	1,0	0,2	20,2	86	6,20
25	Хлеб пшеничный	1,9	0,2	12,5	59	1,78
25	Хлеб ржаной	1,7	0,2	10,6	51	2,36
20	Кондитерские изделия (печенье)	1,5	2,0	14,9	83	4,94
510	Итого	17,1	18,1	83,6	568	54,34

Обед

60	Овощи натуральные свежие (помидоры)	0,6	0,1	2,2	14	9,88
200	Суп картофельный с бобовыми	4,6	4,3	15,0	117	4,42
90	Наггетсы куриные	13,3	18,0	10,8	350	30,44
150	Каша пшеничная вязкая	2,2	4,4	25,5	150	4,43
200	Компот из смеси сухофруктов	0,0	0,0	6,8	27	2,93
35	Хлеб пшеничный	2,7	0,2	17,6	83	2,49
35	Хлеб ржаной	2,3	0,3	14,8	71	3,30
100	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,4	0,4	9,8	47	8,93
870	Итого	26,0	27,8	102,5	859	66,82

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская



Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Среда вторая неделя
На 23 октября 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена	
50	Помидоры свежие в нарезке	0,50	0,10	1,80	11,6	8,23	10,29
250	Суп картофельный с бобовыми	5,70	4,50	18,70	139	8,87	11,09
120	Наггетсы куриные	12,70	23,40	16,80	322,3	56,14	70,18
150	Каша пшенная вязкая	4,00	3,30	24,40	143,5	4,33	5,41
200	Компот из смеси сухофруктов			6,80	27,1	2,93	3,66
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,30	25,10	118,4	3,55	4,44
50	Хлеб ржаной	3,30	0,40	21,20	102	4,72	5,90
100	Бананы	1,50	0,50	21,00	96	14,00	17,50
970	Итого	31,50	32,50	135,80	959,90	102,77	128,46

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

Повар

И.И. Яворская



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

Среда вторая неделя
На 23 октября 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Рыба, тушеная в томате с овощами	14,30	8,20	6,70	158,6	33,61
180	Пюре картофельное	3,80	6,30	25,70	175,5	16,37
200	Сок фруктовый (промышленное производство)	1,00	0,20	19,80	86	6,20
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,50	59,2	1,78
25	Хлеб ржаной	1,70	0,20	10,60	51	2,36
20	Печенье	1,50	2,00	14,90	83,4	10,50
550	Итого	24,20	17,10	90,20	613,7	70,82
<u>Обед</u>						
<u>ОВЗ, инвалиды, многодетные, СВО</u>						
50	Помидоры свежие в нарезке	0,50	0,10	1,80	11,6	8,23
250	Суп картофельный с бобовыми	5,70	4,50	18,70	139	8,87
120	Наггетсы куриные	12,70	23,40	16,80	322,3	56,14
150	Каша пшеничная вязкая	4,00	3,30	24,40	143,5	4,33
200	Компот из смеси сухофруктов			6,80	27,1	2,93
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,30	25,10	118,4	3,55
50	Хлеб ржаной	3,30	0,40	21,20	102	4,72
100	Бананы	1,50	0,50	21,00	96	14,00
970	Итого	31,50	32,50	135,80	960	102,77
	Всего	55,70	49,60	226,00	1573,6	173,59

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

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

Повар

Ю.И.

И.И.Яворская