



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

Пятница вторая неделя
На 11 октября 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Масло порциями	0,08	12,38	0,12	112,2	11,34
40	Яйцо вареное	4,96	4,49	0,27	61,3	10,35
250	Суп молочный с макаронными изделиями	6,12	5,05	19,99	150,71	12,14
200	Чай с сахаром	0,19		10,09	41,11	1,53
40	Хлеб пшеничный	3,05	0,25	20,07	94,73	2,81
40	Хлеб ржаной	2,65	0,35	16,96	81,58	3,74
100	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	0,40	0,40	9,80	47	9,13
685	Итого	17,45	22,92	77,30	588,63	51,04
<u>Обед</u>						
<u>ОВЗ,инвалиды,многодетные,СВО</u>						
100	Огурцы в нарезке	0,78	0,10	2,43	13,58	11,30
250	Суп картофельный с крупой и томатом	2,14	2,79	17,16	102,76	6,78
200	Рагу из курицы	13,39	20,40	25,72	345,56	38,01
200	Напиток яблочный	0,06	0,06	20,81	84,34	2,16
60	Хлеб пшеничный	4,58	0,37	30,11	142,09	4,21
50	Хлеб ржаной	3,31	0,44	21,20	101,98	4,68
100	Плоды или ягоды свежие (слива)	0,87	0,10	9,22	43,65	10,00
960	Итого	25,13	24,26	126,65	834	77,14
	Всего	42,58	47,18	203,95	1422,59	128,18

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



Пятница вторая неделя
На 11 октября 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена	
100	Огурцы в нарезке	0,78	0,10	2,43	13,58	11,30	14,13
250	Суп картофельный с крупой и томатом	2,14	2,79	17,16	102,76	6,78	8,48
200	Рагу из курицы	13,39	20,40	25,72	345,56	38,01	47,51
200	Напиток яблочный	0,06	0,06	20,81	84,34	2,16	2,70
60	Хлеб пшеничный	4,58	0,37	30,11	142,09	4,21	5,26
50	Хлеб ржаной	3,31	0,44	21,20	101,98	4,68	5,85
100	Плоды или ягоды свежие (слива)	0,87	0,10	9,22	43,65	10,00	12,50
960	Итого	25,13	24,26	126,65	833,96	77,14	96,43

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

Повар И.Н. Яворская

Утверждено:

ИП/МБДОУ № 21



Согласовано:

Директор МБДОУ № 21

МБДОУ А.А. Мочалова



Меню

МБДОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Пятница вторая неделя

На 11 октября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Масло (порциями)	0,1	8,3	0,1	75	7,56
40	Яйца вареные	5,0	4,5	0,3	61	10,35
200	Суп молочный с макаронными изделиями	4,9	4,3	16,0	123	9,98
200	Чай с сахаром	0,2	0,0	10,1	41	1,53
35	Хлеб пшеничный	2,7	0,2	17,6	83	2,46
35	Хлеб ржаной	2,3	0,3	14,8	71	3,27
100	Фрукты или ягоды свежие (бананы)	1,5	0,5	21,0	96	14,00
620	Итого	16,6	18,1	79,9	551	49,15

Обед

60	Осурец в нарезке	0,5	0,1	1,5	8	6,78
200	Суп картофельный с крупой и томатом	1,7	2,2	13,7	82	5,44
200	Рагу из курицы	17,4	21,4	22,7	346	31,72
200	Напиток яблочный	0,1	0,1	20,8	84	2,90
45	Хлеб пшеничный	3,4	0,3	22,6	107	3,16
45	Хлеб ржаной	3,0	0,4	19,1	92	4,21
750	Итого	26,0	24,5	100,4	719	54,21

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская