

Утверждаю:

ИП Эжбаев Ю.Н.

Ю.Н. Эжбаев

Юрий
Николаевич

Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет

Вторник первая неделя

На 18 февраля 2025 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Свекла отварная дольками	1,0	0,1	5,6	27	3,29
90	Котлеты куриные с ветчиной	11,9	14,7	9,2	223	29,86
150	Макароны отварные с овощами	4,9	4,5	29,3	178	12,80
200	Чай "Каркаде"	0,0	0,0	15,0	60	2,30
45	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47	3,46
150	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,4	0,4	9,8	47	14,39
695	Итого	19,7	19,8	78,9	583	66,10

Обед

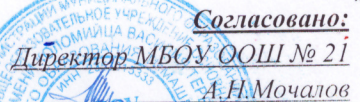
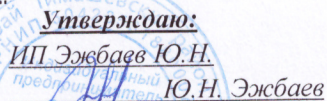
200	Борщ с капустой и картофелем	1,5	4,4	9,9	86	6,75
90	Котлеты "Пермские"	9,9	10,6	9,9	174	66,05
150	Каша гречневая вязкая	4,3	5,1	19,3	140	7,67
20	Соус красный основной	0,3	0,5	1,3	11	1,24
200	Сок фруктовый (промышленная упаковка)	1,0	0,2	20,2	86	23,95
40	Хлеб пшеничный	3,1	0,3	20,1	95	3,07
30	Хлеб ржаной	2,0	0,3	12,7	61	3,13
50	Булочка "Творожная"	4,5	6,1	17,4	147	13,77
780	Итого	26,6	27,4	110,7	800	125,63

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

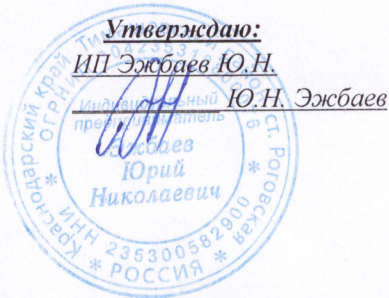


Вторник первая неделя
На 18 февраля 2025 год
Обед

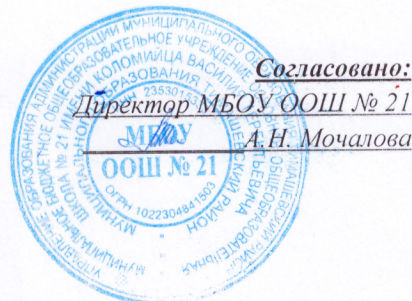
Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена	
250	Борщ с капустой и картофелем	1,92	5,45	12,33	108,11	8,44	9,52
100	Котлеты "Пермские"	11,00	11,80	11,00	193,00	73,38	82,79
180	Каша гречневая вязкая	5,11	6,13	23,09	167,82	9,20	10,38
30	Соус красный основной	0,42	0,74	1,96	16,49	1,87	2,11
200	Сок яблочный (промышленное производство)	1,00	0,20	20,20	86,00	7,15	8,07
45	Хлеб пшеничный	3,43	0,28	22,58	106,57	3,46	3,90
40	Хлеб ржаной	2,65	0,35	16,96	81,58	4,17	4,71
845	Итого	25,53	24,95	108,12	759,57	107,67	121,48

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

Повар И.Н.Яворская



Утверждаю:
ИП Жигалов Ю.Н.
Ю.Н. Жигалов



Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Вторник первая неделя
На 18 февраля 2025 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Свекла отварная дольками	1,59	0,11	9,31	44,44	5,49
100	Котлеты куриные с ветчиной	12,20	16,50	6,95	225,1	33,16
180	Макароны отварные с овощами	6,35	5,51	38,08	228,17	15,52
200	Чай "Каркаде"			15,02	60,03	2,30
25	Хлеб пшеничный	1,91	0,16	12,55	59,21	1,92
18	Вафли с фруктово-ягодной начинкой	0,50	0,59	13,91	63,72	
623	Итого	22,55	22,87	95,82	681	58,39
Обед						
250	Борщ с капустой и картофелем	1,92	5,45	12,33	108,11	8,44
100	Котлеты "Пермские"	11,00	11,80	11,00	193,00	73,38
180	Каша гречневая вязкая	5,11	6,13	23,09	167,82	9,20
30	Соус красный основной	0,42	0,74	1,96	16,49	1,87
200	Сок яблочный (промышленное производство)	1,00	0,20	20,20	86,00	7,15
45	Хлеб пшеничный	3,43	0,28	22,58	106,57	3,46
40	Хлеб ржаной	2,65	0,35	16,96	81,58	4,17
845	Итого	25,53	24,95	108,12	759,57	107,67
	Всего	48,08	47,82	203,94	1440,24	166,06

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

Повар

И.Н.Яворская