

Утверждаю:
И.о. директора МБОУ ООШ № 21



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

Пятница первая неделя
На 08 декабря 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
90	Зразы рубленые (говядина)	8,60	11,16	11,03	179	32,42
150	Каша пшениная вязкая	6,54	9,65	27,84	224	5,74
200	Чай с лимоном (витамин.)	0,10	0,05	15,20	61	2,62
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,33
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,76
130	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	19,50
610	Итого	18,88	21,46	78,09	584	63,37

Обед

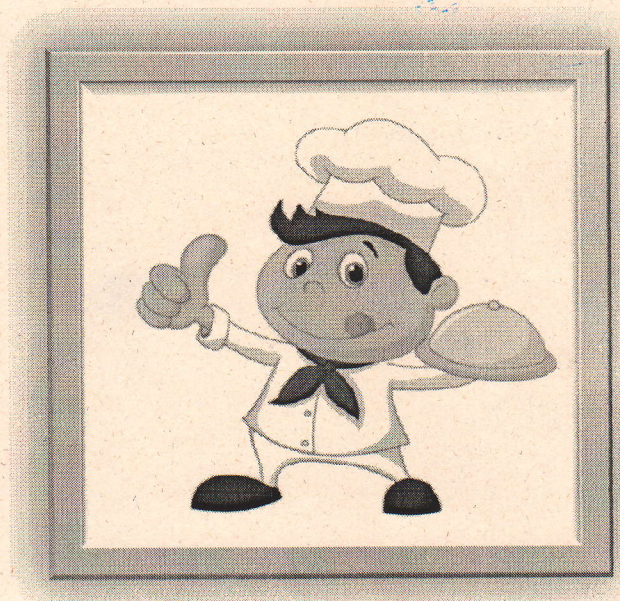
60	Салат из моркови	0,66	6,06	5,46	79	3,59
200	Рассольник ленинградский	1,74	4,04	12,35	93	5,35
100	Биточки из курицы	9,33	6,88	16,00	169	39,05
150	Каша вязкая (ячневая)	3,14	3,99	19,96	128	4,44
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,91
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	3,00
36	Хлеб ржаной	2,38	0,43	12,02	63	3,17
20	Пирожное школьное к чаю с повидлом	2,00	2,00	13,70	83	13,20
811	Итого	26,47	27,26	112,83	812	80,71

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская



Утверждаю:
И.о. директора МБОУ СОШ № 21
И.П. Мочалова

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше



Пятница первая неделя
На 08 декабря 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Зразы рубленые (говядина)	9,56	12,40	12,25	199	36,28
180	Каша пшениная вязкая	7,85	11,58	33,41	269	6,89
200	Чай с лимоном витаминизированный	0,10	0,05	15,20	61	2,60
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,00
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,20
100	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	13,00
635	Итого	22,24	24,77	91,65	681,00	62,97
	Наценка 25%					15,74
	Всего					78,71

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

Повар

И.Н.Яворская

