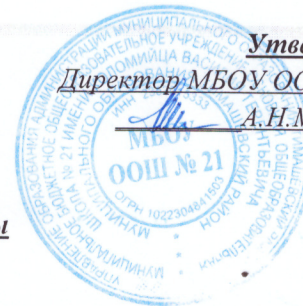




Утверждаю:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Среда первая неделя

На 08 мая 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
150	Запеканка рисовая с творогом	7,90	11,37	40,79	297	21,61
200	Напиток из шиповника	0,60	0,20	15,20	65	4,78
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,38
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,25
200	Плоды или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	44,00
605	Итого	14,53	15,49	84,66	537	79,76

Обед

60	Салат из соленых помидоров с зеленым луком	0,50	3,02	1,10	34	10,29
200	Борщ сибирский	2,79	3,65	11,34	89	6,02
100	Котлеты из говядины с соусом	14,01	12,33	10,80	210	60,85
150	Каша гречневая (вязкая)	3,20	4,00	21,22	134	5,29
200	Компот из кураги	0,78	0,05	27,63	115	7,06
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,77
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
780	Итого	26,30	23,73	101,79	728	94,98

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская



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



Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Среда первая неделя
На 08 мая 2024 год

Обед

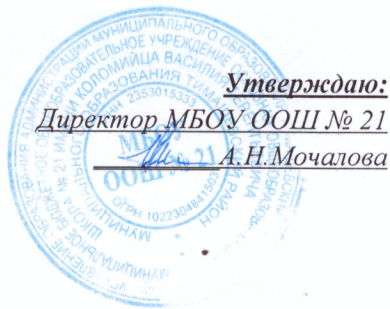
Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из соленых помидоров с зеленым луком	0,83	5,03	1,83	57	17,14
250	Борщ сибирский	3,49	4,05	14,18	108	7,52
100	Котлеты из говядины с соусом	14,01	12,33	10,80	210	61,04
180	Каша гречневая вязкая	3,84	5,04	24,96	161	6,35
200	Компот из кураги	0,78	0,05	27,63	115	7,06
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,46
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,60
920	Итого	29,39	27,38	117,36	839	106,17
	Наценка 25%					26,54
	Всего					132,71

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар  И.Н.Яворская





Утверждаю:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

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

Среда первая неделя
На 08 мая 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Сыр сычужный твердый порциями	2,46	3,16		38	5,74
200	Запеканка рисовая с творогом	10,53	15,16	54,00	396	29,31
200	Напиток из плодов шиповника	0,60	0,20	15,20	65	4,78
35	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,42
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,80
100	Плоды или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	44,00
565	Итого	17,97	19,34	103,40	663	88,05
<u>Обед</u>						
100	Салат из соленых помидоров с зеленым луком	0,83	5,03	1,83	57	17,14
250	Борщ сибирский	3,49	4,05	14,18	108	7,52
100	Котлеты из говядины с соусом	14,01	12,33	10,80	210	61,04
180	Каша гречневая вязкая	3,84	5,04	24,96	161	6,35
200	Компот из кураги	0,78	0,05	27,63	115	7,06
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,46
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,60
15	Печенье	1,40	1,50	10,30	62	11,32
935	Итого	30,79	28,88	127,66	901	117,49
	Всего	48,76	48,22	231,06	1564	205,54

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

Повар  И.Н.Яворская

