

Утверждаю:
Директор МБОУ ООШ № 21
А.Н.Мочалова



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

Четверг первая неделя
На 05 сентября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Огурец в нарезке	0,5	0,1	1,5	8	10,17
160	Рагу из птицы	14,5	18,1	14,9	281	29,22
200	Напиток яблочный	0,1	0,1	20,8	84	2,77
35	Хлеб пшеничный	2,7	0,2	17,6	83	2,41
45	Хлеб ржаной	3,0	0,4	19,1	92	4,08
500	Итого	20,8	18,9	73,9	548	48,65

Обед

200	Суп с клецками	2,3	4,0	11,3	90	4,12
90	Тефтели мясные	7,2	11,3	9,3	172	32,52
160	Макароны отварные	5,7	4,9	36,6	214	7,88
200	Кисель из сока плодового	0,3	0,1	23,1	94	7,81
35	Хлеб пшеничный	2,7	0,2	17,6	83	2,41
35	Хлеб ржаной	2,3	0,3	14,8	71	2,27
100	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,4	0,4	9,8	47	8,54
820	Итого	20,9	21,2	122,5	771	65,55

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 ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Четверг первая неделя
На 05 сентября 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
250	Суп с клецками	2,90	4,50	14,10	108,8	7,03
120	Тефтели из говядины в молочном соусе	14,60	16,40	10,30	247,2	69,10
190	Макароны отварные	6,90	6,90	44,20	266,9	10,25
200	Кисель из сока плодового или ягодного	0,20		26,90	108,6	3,50
38	Хлеб пшеничный	2,90	0,20	19,10	90	2,60
45	Хлеб ржаной	3,00	0,40	19,10	91,8	4,11
105	Яблоко	0,40	0,40	10,30	49,4	9,67
948	Итого	30,90	28,80	144,00	962,70	106,26
	Наценка 25%					26,57
	Всего	30,90	28,80	144,00	962,70	132,83

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

И.Н.Яворская





Утверждаю:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети от 12 лет и старше

Инвалиды и ОВЗ

Четверг первая неделя

На 05 сентября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Огурцы в нарезке	0,80	0,10	2,40	13,6	7,91
250	Рагу из птицы	14,30	22,20	27,30	338,5	50,70
200	Напиток яблочный	0,10	0,10	11,10	45,6	2,16
45	Хлеб пшеничный	3,40	0,30	22,60	106,6	3,08
45	Хлеб ржаной	3,00	0,40	19,10	91,8	4,11
140	Персики	1,20	0,10	12,90	61,1	28,00
780	Итого	22,80	23,20	95,40	657,2	95,96

Обед

ОВЗ,инвалиды,многодетные,СВО

250	Суп с клецками	2,90	4,50	14,10	108,8	7,03
120	Тефтели из говядины в молочном соусе	14,60	16,40	10,30	247,2	69,10
190	Макароны отварные	6,90	6,90	44,20	266,9	10,25
200	Кисель из сока плодового или ягодного	0,20		26,90	108,6	3,50
38	Хлеб пшеничный	2,90	0,20	19,10	90	2,60
45	Хлеб ржаной	3,00	0,40	19,10	91,8	4,11
105	Яблоко	0,40	0,40	10,30	49,4	9,67
948	Итого	30,90	28,80	144,00	962,7	106,26
	Всего	53,70	52,00	239,40	1619,9	202,22

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

