

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



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

Четверг вторая неделя  
На 15 февраля 2024 год

Завтрак

| Выход | Наименование блюда                 | Б            | Ж            | У            | Ккал       | Цена         |
|-------|------------------------------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|
| 10    | Масло сливочное (порциями)         | 0,08         | 7,25         | 0,13         | 66         | 7,19         |
| 90    | Рыба припущенная                   | 10,35        | 3,80         | 0,39         | 77         | 44,34        |
| 150   | Картофельное пюре                  | 3,05         | 5,78         | 19,78        | 143        | 13,11        |
| 200   | Чай с лимоном витамин              | 0,10         | 0,05         | 15,20        | 61         | 2,77         |
| 34    | Хлеб пшеничный                     | 2,58         | 0,27         | 16,73        | 80         | 2,31         |
| 15    | Хлеб ржаной                        | 0,99         | 0,18         | 5,01         | 26         | 1,35         |
| 40    | Пирожное школьное к чаю с повидлом | 2,00         | 2,00         | 13,70        | 83         | 28,00        |
| 539   | <b>Итого</b>                       | <b>19,15</b> | <b>19,33</b> | <b>70,94</b> | <b>536</b> | <b>99,07</b> |

Обед

|     |                                      |              |              |               |            |               |
|-----|--------------------------------------|--------------|--------------|---------------|------------|---------------|
| 60  | Салат витаминный (2 вариант б/перца) | 0,94         | 3,61         | 5,27          | 58         | 4,18          |
| 200 | Суп картофельный с домашней лапшой   | 2,29         | 2,46         | 13,46         | 85         | 4,72          |
| 240 | Плов из булгура с курицей            | 18,35        | 17,39        | 36,02         | 374        | 60,55         |
| 200 | Кисель из вишни                      | 0,20         | 0,00         | 13,00         | 53         | 7,58          |
| 34  | Хлеб пшеничный                       | 2,58         | 0,27         | 16,73         | 80         | 2,31          |
| 30  | Хлеб ржаной                          | 1,98         | 0,36         | 10,02         | 52         | 2,70          |
| 130 | Плоды или ягоды свежие (виноград)    | 0,60         | 0,60         | 15,40         | 72         | 42,47         |
| 894 | <b>Итого</b>                         | <b>26,94</b> | <b>24,69</b> | <b>109,90</b> | <b>774</b> | <b>124,51</b> |

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

*И.Н. Яворская*

И.Н.Яворская



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



Меню  
МБОУ ООШ № 21  
Дети от 12 лет и старше

Четверг вторая неделя  
На 15 февраля 2024 год  
Обед

| Выход | Наименование блюда                 | Б     | Ж     | У     | Ккал   | Цена   |
|-------|------------------------------------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 60    | Икра кабачковая                    | 1,38  | 13,31 | 7,48  | 155    | 6,54   |
| 250   | Суп картофельный с домашней лапшой | 2,86  | 3,08  | 16,83 | 106    | 6,04   |
| 280   | Плов из булгура с курицей          | 18,00 | 12,00 | 22,00 | 268    | 70,63  |
| 200   | Сок фруктовый в ассортименте       | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 47     | 5,67   |
| 42    | Хлеб пшеничный                     | 6,46  | 0,68  | 41,82 | 200    | 2,86   |
|       |                                    |       |       |       |        |        |
|       |                                    |       |       |       |        |        |
| 832   | Итого                              | 29,10 | 29,47 | 97,93 | 776,00 | 91,74  |
|       | Наценка 25%                        |       |       |       |        | 22,94  |
|       | Всено                              |       |       |       |        | 114,68 |

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

Повар

И.Н.Яворская

