

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

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

Вторник первая неделя
На 21 ноября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Салат из свеклы отварной	0,80	2,70	4,60	46	3,30
90	Биточки из курицы	8,40	6,19	14,40	152	35,15
150	Макароны отварные с овощами	4,70	6,10	26,50	181	12,39
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,91
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,33
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,76
200	Фрукты или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	30,00
740	Итого	22,04	19,39	94,22	648	92,84

Обед

60	Салат из квашеной капусты с яблоками	0,66	6,12	3,18	71	6,77
200	Суп картофельный с горохом	4,91	2,51	16,33	108	4,54
8	Гренки из пшеничного хлеба	0,90	0,09	5,58	27	1,00
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	7,48	8,49	12,46	157	47,60
150	Картофельное пюре	3,05	5,78	19,78	143	12,05
200	Сок фруктовый пакетированный в ассортименте	0,40	0,40	9,80	47	19,85
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,33
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,52
130	Фрукты или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	19,50
928	Итого	24,64	24,47	112,59	779	118,16

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

Вторник первая неделя
На 21 ноября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из свеклы отварной	1,30	4,50	7,60	76	5,51
100	Биточки из курицы	9,33	6,88	16,00	169	39,05
180	Макароны отварные с овощами	5,64	7,32	31,80	217	14,83
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,90
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,66
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,20
630	Итого	23,62	22,70	87,43	655,00	72,15
	Наценка 25%					18,04
	Всего					90,19

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар И.Н.Яворская

