



Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Понедельни вторая неделя

На 10 марта 2025 год

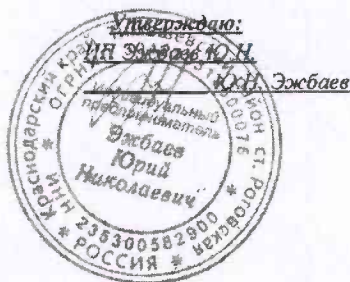
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена	
15	Сыр сычужный твердый порциями	3,90	3,98		51	11,35	14,19
200	Каша манная молочная	7,74	11,82	35,54	279	14,71	18,39
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	9,86	12,33
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	9,86	12,33
37	Хлеб пшеничный	2,80	0,29	18,20	87	2,84	3,55
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	2,08	2,60
185	Плоды или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	39,78	49,73
110	Блинчики	8,40	13,07	33,73	286	24,67	30,84
967	Итого	32,16	36,70	126,85	967	115,15	143,94

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

Повар

И.Н.Яворская



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

Понедельник вторая неделя
На 10 марта 2025 год

Завтрак						
Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Сыр сычужный твердый порциями	3,90	3,98		51	11,35
200	Каша манная молочная	7,74	11,82	35,54	279	14,71
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	9,86
37	Хлеб пшеничный	2,80	0,29	18,20	87	2,84
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	2,08
185	Плоды или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	39,78
110	Блинчики	8,40	13,07	33,73	286	24,67
767	Итого	28,36	33,20	115,65	876	105,29
Обед						
100	Салат из квашенной капусты с репчатым луком	0,80	4,90	1,60	58	15,18
250	Суп-харчо, с мясом птицы	6,70	6,19	12,20	131	23,07
100	Бефстроганов из отварной говядины	13,34	15,60	4,00	210	81,86
180	Каша перловая вязкая	3,62	4,45	25,63	157	10,39
200	Компот смеси сухофруктов	0,50	0,00	27,00	110	4,36
48	Хлеб пшеничный	3,65	0,38	23,62	113	3,69
26	Хлеб ржаной	1,72	0,31	8,68	45	2,71
904	Итого	30,33	31,83	102,73	824	141,26
1808	Всего	58,69	65,03	218,38	1700	246,55

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

Повар

И.Н. Яворская

И.Н.Яворская