

Утверждаю:
МБОУ ООШ № 21
А.С.Денисенко

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет

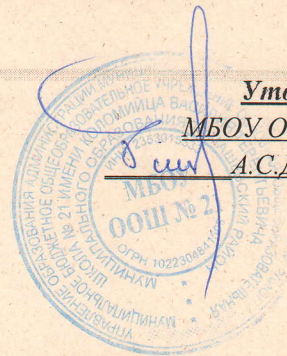
Среда первая неделя
На 18 октября 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Перец болгарский в нарезке	0,80	0,10	2,90	15	6,78
100	Котлеты рыбные	12,69	9,12	19,28	210	58,71
150	Картофель отварной	2,85	6,15	19,05	143	11,17
200	Напиток из плодов шиповника	0,68	0,28	20,76	88	5,07
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,33
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,75
550	Итого	19,86	16,05	78,51	538	84,81

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

Повар _____ И.Н.Яворская





Утверждаю:
МБОУ ООШ № 21
А.С.Денисенко

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

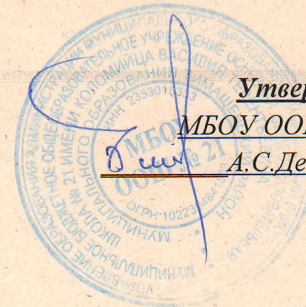
Среда первая неделя
На 18 октября 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Перец болгарский внарезке	0,78	0,06	2,94	16	6,88
100	Котлеты рыбные	12,69	9,12	19,28	210	25,91
150	Картофель отварной	2,85	6,15	19,05	143	11,60
200	Напиток из плодов шиповника	0,68	0,28	20,76	88	5,06
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,31
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,73
550	Итого	19,84	16,01	78,55	539,00	52,49
	Наценка 25%					13,12
	Всего					65,61

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

Повар _____ И.Н.Яворская





Утверждаю:
МБОУ ООШ № 21
А.С.Денисенко

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет
Инвалиды и ОВЗ

Среда первая неделя
На 18 октября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
150	Запеканка рисовая с творогом	9,10	7,47	49,86	303	24,67
200	Молоко кипяченное	5,90	6,80	9,90	123	13,72
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,00
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,75
100	Фрукты или ягоды свежие (нектарин)	0,90	0,10	9,50	45	22,00
500	Итого	19,50	14,85	90,70	577	64,14

Обед

60	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	0,48	6,06	1,26	61	8,93
200	Борщ сибирский	2,79	3,24	11,34	86	5,99
100	Котлеты из говядины с соусом	14,01	12,33	10,80	210	60,83
150	Каша гречневая (вязкая)	3,20	3,70	21,22	131	5,32
200	Компот из свежих фруктов	0,50	0,20	23,10	96	4,56
37	Хлеб пшеничный	2,80	0,29	18,20	87	2,46
35	Хлеб ржаной	2,31	0,42	11,69	61	3,05
100	Фрукты или ягоды свежие (слива)	0,80	0,30	9,60	49	16,00
882	Итого	26,89	26,54	107,21	781	107,14

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар _____ И.Н.Яворская

