

Меню  
МБОУ ООШ № 21  
Дети с 7 до 11 лет

Утверждаю:  
МБОУ ООШ № 21  
А.С.Денисенко

Четверг вторая неделя  
На 26 октября 2023 год  
Завтрак

| Выход | Наименование блюда        | Б     | Ж     | У     | Ккал | Цена  |
|-------|---------------------------|-------|-------|-------|------|-------|
| 60    | Огурцы свежие (порционно) | 0,42  | 0,06  | 1,14  | 7    | 6,75  |
| 90    | Шницель из говядины       | 12,54 | 16,80 | 9,66  | 240  | 53,90 |
| 150   | Каша гречневая вязкая     | 3,20  | 4,20  | 20,80 | 134  | 5,32  |
| 30    | Соус красный основной     | 0,40  | 0,63  | 2,53  | 17   | 1,42  |
| 200   | Чай с лимоном витамин     | 0,10  | 0,05  | 15,20 | 61   | 2,60  |
| 20    | Хлеб пшеничный            | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 47   | 1,33  |
| 20    | Хлеб ржаной               | 1,32  | 0,24  | 6,68  | 35   | 1,75  |
| 570   | Итого                     | 19,50 | 22,14 | 65,85 | 541  | 73,07 |

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

Повар \_\_\_\_\_

*И.Н.Яворская*

И.Н.Яворская



Утверждаю:  
МБОУ ООШ № 21  
А.С.Денисенко

Меню  
МБОУ ООШ № 21  
Дети от 12 лет и старше

Четверг вторая неделя  
На 26 октября 2023 год  
Завтрак

| Выход | Наименование блюда               | Б     | Ж     | У     | Ккал   | Цена  |
|-------|----------------------------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| 100   | Шницель из говядины              | 13,91 | 18,66 | 10,74 | 267    | 59,88 |
| 180   | Каша гречневая вязкая            | 3,84  | 5,04  | 24,96 | 161    | 6,38  |
| 25    | Соус красный основной            | 0,33  | 0,52  | 2,11  | 14     | 0,98  |
| 200   | Чай с лимоном витаминизированный | 0,10  | 0,05  | 15,20 | 61     | 2,60  |
| 25    | Хлеб пшеничный                   | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 59     | 1,66  |
| 25    | Хлеб ржаной                      | 1,65  | 0,30  | 8,53  | 43     | 2,18  |
|       |                                  |       |       |       |        |       |
| 555   | Итого                            | 21,73 | 24,77 | 73,84 | 605,00 | 73,68 |
|       | Наценка 25%                      |       |       |       |        | 18,42 |
|       | Всего                            |       |       |       |        | 92,10 |

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

Повар

*И.Н.Яворская*

И.Н.Яворская



Утверждаю:

МБОУ ООШ № 21

А.С.Денисенко

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет

Инвалиды и ОВЗ

Четверг вторая неделя

На 26 октября 2023 год

Завтрак

| Выход | Наименование блюда               | Б     | Ж     | У     | Ккал | Цена  |
|-------|----------------------------------|-------|-------|-------|------|-------|
| 40    | Бутерброд горячий с сыром        | 5,87  | 8,93  | 13,07 | 150  | 12,99 |
| 200   | Рагу из овощей с соусом томатным | 2,97  | 6,43  | 19,99 | 149  | 11,65 |
| 200   | Кофейный напиток с молоком       | 3,80  | 3,50  | 11,20 | 91   | 8,83  |
| 35    | Хлеб пшеничный                   | 2,66  | 0,28  | 17,22 | 82   | 2,33  |
| 25    | Хлеб ржаной                      | 1,65  | 0,30  | 8,53  | 43   | 2,18  |
|       |                                  |       |       |       |      |       |
|       |                                  |       |       |       |      |       |
| 500   | Итого                            | 16,95 | 19,44 | 70,01 | 515  | 37,98 |

Обед

|     |                                                       |       |       |        |     |        |
|-----|-------------------------------------------------------|-------|-------|--------|-----|--------|
| 100 | Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами | 2,30  | 11,00 | 3,90   | 124 | 10,69  |
| 200 | Суп картофельный с домашней лапшой                    | 2,13  | 2,20  | 15,17  | 89  | 4,17   |
| 200 | Рагу из птицы                                         | 15,09 | 13,58 | 17,37  | 253 | 63,17  |
| 200 | Кисель из вишни                                       | 0,20  | 0,00  | 13,00  | 53  | 6,44   |
| 45  | Хлеб пшеничный                                        | 3,42  | 0,36  | 22,14  | 106 | 2,99   |
| 40  | Хлеб ржаной                                           | 2,64  | 0,48  | 13,36  | 70  | 3,49   |
| 100 | Фрукты или ягоды свежие (бананы)                      | 1,50  | 0,50  | 21,00  | 96  | 15,00  |
| 885 | Итого                                                 | 27,28 | 28,12 | 105,94 | 791 | 105,95 |

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар



И.Н.Яворская

