

Утверждаю:

И.о. директора МБОУ ООШ № 21
И.И. Мочалова



Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Вторник первая неделя

На 06 февраля 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
50	Огурцы свежие	0,35	0,05	0,95	6	14,84
195	Азу	14,10	17,04	28,00	321	68,95
200	Чай с лимоном (витамин.)	0,10	0,05	15,20	61	2,78
35	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,36
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,79
720	Итого	20,03	18,16	89,05	601	130,32

Обед

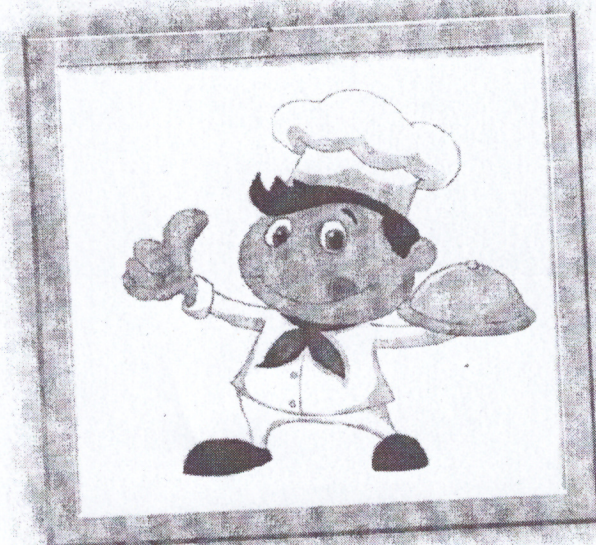
60	Салат из моркови с зеленым горошком	1,14	6,06	3,54	73	7,18
200	Суп картофельный с горохом	4,91	2,51	16,33	108	4,93
8	Гренки из пшеничного хлеба	0,90	0,09	5,58	27	1,01
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	7,48	8,49	12,46	157	47,65
150	Картофельное пюре	3,05	5,78	19,78	143	12,86
200	Сок фруктовый пакетированный в ассортименте	0,40	0,40	9,80	47	19,85
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,37
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,57
130	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	22,10
928	Итого	25,12	24,41	112,95	781	122,52

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская



Утверждаю:

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Моналова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети от 12 лет и старше

Вторник первая неделя

На 06 февраля 2024 год

Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
50	Помидоры соленые порционно	1,90	10,10	5,90	122	5,29
250	Суп картофельный с горохом	6,14	3,13	20,40	135	6,55
10	Гренки из пшеничного хлеба	1,13	0,11	6,97	33	1,28
100	Рыба, тушеная в томате с овощами	8,31	9,43	13,84	174	56,59
180	Картофельное пюре	3,66	6,94	23,74	172	15,72
200	Сок фруктовый в ассортименте	0,40	0,40	9,80	47	5,67
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,40
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,59
150	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	0,80	0,20	7,50	38	11,65
1030	Итого	28,78	31,19	126,11	909	109,74
	Наценка 25%					27,44
	Всего	28,78	31,19	126,11	909	137,18

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар



И.Н.Яворская

