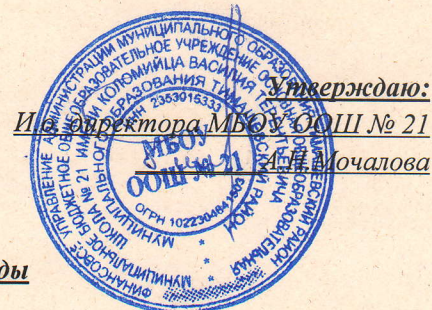




Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Понедельник первая неделя
На 04 декабря 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Помидоры соленые в нарезке	0,70	0,10	2,30	13	4,82
90	Бефстроганов из отварной говядины	13,41	14,04	2,07	189	61,51
150	Каша гречневая вязкая	3,20	3,70	21,22	131	5,36
200	Чай с лимоном (витамин.)	0,10	0,05	15,20	61	2,62
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,33
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,76
170	Плоды или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	37,40
710	Итого	20,65	18,59	67,61	523	114,80

Обед

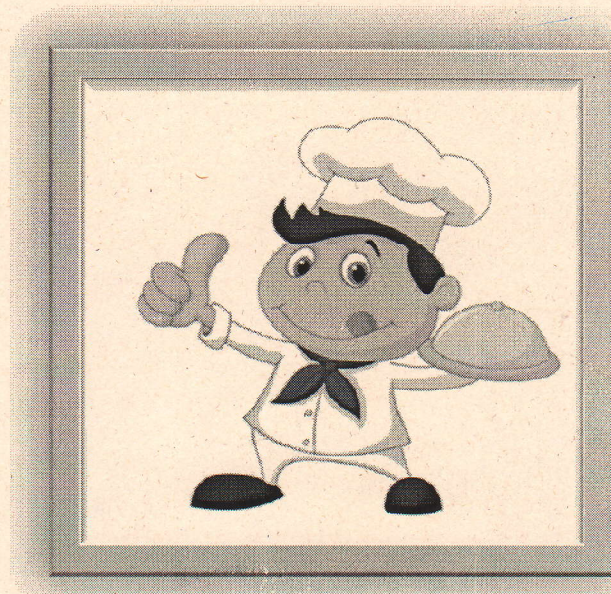
60	Икра баклажанная (пром.производства)	1,00	3,20	3,80	48	9,22
200	Суп картофельный с клецками	4,62	3,34	11,40	94	4,02
100	Курица в соусе с томатом	11,33	11,25	3,42	160	46,85
150	Рис отварной с овощами	3,33	4,63	30,94	179	9,93
200	Компот из плодов и ягод (зам)	0,15	0,15	17,19	71	3,93
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,66
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,64
200	Плоды или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	30,00
980	Итого	26,95	23,75	117,45	794	109,25

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар _____

И.Н.Яворская



Утверждаю:

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

Л.П. Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети от 12 лет и старше

Понедельник первая неделя

На 04 декабря 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Помидоры соленые в нарезке	1,17	0,17	3,83	22	8,04
100	Бефстроганов из отварной говядины	14,90	15,60	2,30	210	58,01
180	Каша гречневая, вязкая	3,84	5,04	24,96	161	6,44
200	Чай с лимоном витамин	0,10	0,05	15,20	61	2,60
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,67
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,76
100	Фрукты или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	33,00
725	Итого	23,63	21,60	75,57	595,00	111,52
	Наценка 25%					27,88
	Всего					139,40

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар



И.Н.Яворская

