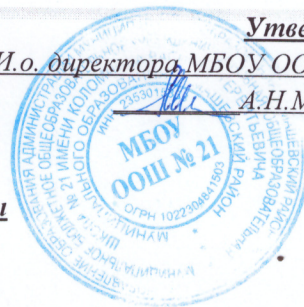


Утверждаю:
И.о. директора МБОУ ООШ № 21
А.Н.Мочалова



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

Пятница первая неделя
На 22 марта 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
90	Зразы рубленые (говядина)	8,60	11,16	11,03	179	32,80
150	Каша пшениная вязкая	6,54	9,65	27,84	224	5,82
200	Чай с лимоном (витамин.)	0,10	0,05	15,20	61	2,79
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,37
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,79
130	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	20,80
610	Итого	18,88	21,46	78,09	584	65,37

Обед

60	Салат из свежих помидоров и огурцов	0,60	3,00	1,80	38	17,21
200	Рассольник ленинградский	1,74	4,04	12,35	93	5,40
100	Биточки из курицы	9,33	6,88	16,00	169	39,08
150	Каша вязкая (ячневая)	3,14	3,99	19,99	128	4,70
200	Какао с молоком	4,08	3,54	17,58	119	11,16
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	3,08
36	Хлеб ржаной	2,38	0,43	12,02	63	3,23
40	Пирожное школьное к чаю с повидлом	2,00	2,00	13,70	83	28,00
831	Итого	26,69	24,24	115,58	799	111,86

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

Повар  **И.Н.Яворская**



Утверждаю:
И.о. директора МБОУ ООШ № 21
А.Н.Мочалова

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Пятница первая неделя
На 22 марта 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из свежих помидор и огурцов	1,00	5,17	3,00	62	28,63
250	Рассольник	3,07	5,25	16,07	124	6,74
100	Биточки из курицы	9,33	6,88	16,00	169	39,08
180	Каша вязкая, ячневая	3,77	4,79	23,95	154	5,64
200	Какао с молоком	4,08	3,54	17,58	119	11,16
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,43
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,58
40	Пирожное школьное к чаю с повидлом	2,00	2,00	13,70	83	13,80
960	Итого	29,69	28,51	128,26	899,00	112,06
	Наценка 25%					28,02
	Всего					140,08

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

Повар И.Н.Яворская

