

Утверждаю:

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды



Пятница вторая неделя

На 02 февраля 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
35	Бутерброд горячий с сыром	4,98	5,66	5,92	95	10,60
90	Биточки из курицы	8,40	6,19	14,40	152	35,16
150	Рис отварной с овощами	3,33	4,63	30,94	179	10,26
200	Напиток из плодов шиповника	0,68	0,28	20,76	88	5,08
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,69
720	Итого	20,79	17,46	105,32	669	102,39

Обед

60	Овощи натуральные соленные (огурцы)	0,48	0,06	1,02	8	5,54
200	Суп картофельный с бобовыми	1,84	3,40	12,10	86	7,51
90	Гуляш из говядины	15,19	15,19	3,49	213	56,13
150	Каша гречневая (вязкая)	3,20	4,00	21,22	134	5,38
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	8,10
32	Хлеб пшеничный	2,43	0,26	15,74	75	2,16
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,23
40	Пирожное школьное к чаю с повидлом	2,00	2,00	13,70	83	28,00
797	Итого	27,09	25,41	100,90	745	115,05

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 вторая неделя
На 02 февраля 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
35	Бутерброд грядный с сыром	4,98	5,66	5,92	95	10,60
100	Биточки из курицы	9,33	6,88	16,00	169	39,06
180	Рис отварной с овощами	3,98	5,55	37,13	214	12,30
200	Напиток из плодов шиповника	0,68	0,28	20,76	88	5,08
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,02
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,79
		22,57	18,85	101,25	672,00	70,85
565	Итого					17,71
	Наценка 25%					88,56
	Всего					

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

Повар И.Н. Яворская

