

Утверждаю:

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды



Вторник первая неделя

На 05 марта 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Салат из свежих огурцов	0,45	3,61	1,41	40	20,42
90	Биточки из курицы	8,40	6,19	14,40	152	35,17
150	Макароны отварные с овощами	4,70	6,10	26,50	181	12,55
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,89
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,36
150	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	11,65
670	Итого	19,27	19,96	73,35	558	90,04

Обед

60	Салат из квашенной капусты с яблоками	0,66	6,12	3,18	71	7,05
200	Суп картофельный с горохом	4,91	2,51	16,33	108	4,99
8	Гренки из пшеничного хлеба	0,90	0,09	5,58	27	1,02
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	7,48	8,49	12,46	157	33,23
150	Картофельное пюре	3,05	5,78	19,78	143	13,11
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	3,40
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,59
130	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	22,10
928	Итого	24,64	24,47	112,59	779	108,34

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

Вторник первая неделя
На 05 марта 2024 год

Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из квашенной капусты с яблоком	1,10	10,20	5,30	117	11,73
250	Суп картофельный с горохом	8,35	5,75	20,35	166	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	45,24
180	Картофельное пюре	3,66	6,94	23,74	172	15,72
200	Сок фруктовый пакетированный 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
930	Итого	29,39	33,71	117,96	897,00	93,18
	Наценка 25%					23,30
	Всего					116,48

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

