



Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Четверг первая неделя
На 21 марта 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из свеклы с квашенной капустой	1,38	13,31	7,48	155	8,34
250	Суп картофельный с крупой пшенной	2,18	2,84	14,29	91	4,63
100	Печень по-строгановски	13,26	11,23	3,52	185	34,26
180	Макароны отварные	6,72	0,80	34,80	174	10,22
200	Компот из смеси сухофруктов	0,50	0,00	27,00	110	3,60
46	Хлеб пшеничный	3,50	0,37	22,63	108	3,13
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,59
100	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	11,65
1016	Итого	30,58	29,43	133,08	940,00	79,42
	Наценка 25%					19,86
	Всего					99,28

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 с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды



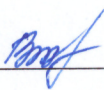
Четверг первая неделя
На 21 марта 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
68	Салат из свежих помидоров и огурцов	0,68	3,51	2,04	42	19,46
170	Плов из булгура с курицей	13,00	12,32	25,52	265	42,89
200	Кисель из вишни	0,20	0,00	13,00	53	7,58
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,37
22	Хлеб ржаной	1,45	0,26	7,35	39	1,97
20	Пирожное школьное к чаю (с повидлом)	2,00	2,00	13,70	83	14,00
500	Итого	18,85	18,25	71,45	529	87,27

Обед

60	Салат из свеклы с квашенной капустой	0,83	7,99	4,49	93	4,89
200	Суп картофельный с крупой пшенной	1,74	2,27	11,43	73	3,93
90	Печень по-строгановски	11,93	10,11	3,17	167	30,76
150	Макароны отварные	5,60	0,67	29,00	145	8,58
200	Компот из смеси сухофруктов	0,50	0,00	27,00	110	4,19
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	3,08
36	Хлеб ржаной	2,38	0,43	12,02	63	3,23
150	Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	12,04
931	Итого	26,80	22,23	119,25	804	70,70

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

Повар  И.Н.Яворская

