

Утверждаю:

МБОУ ООШ № 21

А.С.Денисенко

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Среда первая неделя

На 08 ноября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Сыр сычужный твердый порциями	2,46	3,16	0,00	38	5,53
150	Запеканка рисовая с творогом	7,90	11,37	40,79	301	24,89
200	Напиток из шиповника	0,60	0,20	15,20	65	11,17
37	Хлеб пшеничный	2,81	0,30	18,20	87	2,46
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,18
100	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	7,03
522	Итого	15,82	15,73	92,72	581	53,26

Обед

60	Салат из соленых помидоров с зеленым луком	0,50	3,02	1,10	34	8,93
200	Борщ сибирский	2,79	3,24	11,34	86	5,99
100	Котлеты из говядины с соусом	14,01	12,33	10,80	210	60,83
150	Каша гречневая (вязкая)	3,20	3,70	21,22	131	5,32
200	Компот из кураги	0,78	0,05	27,63	115	4,56
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,46
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	3,05
780	Итого	26,30	23,02	101,79	722	91,14

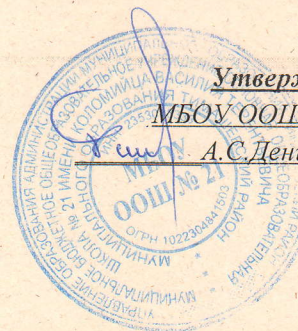
При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская





Утверждаю:

МБОУ ООШ № 21

А.С.Денисенко

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети от 12 лет и старше

Среда первая неделя

На 08 ноября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Сыр сычужный твердый порциями	2,46	3,16		38	5,53
200	Запеканка рисовая с творогом	10,53	15,16	54,39	401	33,19
200	Напиток из плодов шиповника	0,60	0,20	15,20	65	5,07
35	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,33
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,75
100	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	0,40	0,40	10,00	47	7,03
565	Итого	17,97	19,44	103,49	668,00	54,90
	Наценка 25%					13,73
	Всего					68,63

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

