

Утверждаю:

МБОУ ООШ № 21

А.С.Денисенко

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Пятница первая неделя

На 10 ноября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
90	Зразы рубленые (говядина)	8,60	11,16	11,03	179	32,44
150	Каша пшениная вязкая	6,54	9,65	27,84	224	9,85
200	Чай с лимоном (витамин.)	0,10	0,05	15,20	61	2,60
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,33
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,75
100	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	39,60
580	Итого	18,88	21,46	78,09	584	87,57

Обед

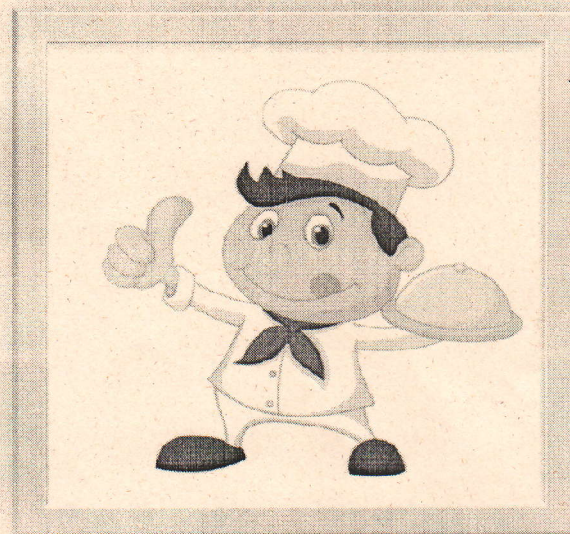
60	Салат из моркови	0,66	6,06	5,46	79	5,55
200	Рассольник ленинградский	1,74	4,04	12,35	93	5,04
100	Биточки из курицы	9,33	6,88	16,00	169	39,03
150	Каша вязкая (ячневая)	3,14	3,99	19,96	128	4,44
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	11,03
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	2,99
36	Хлеб ржаной	2,38	0,43	12,02	63	3,14
20	Пирожное школьное к чаю с повидлом	2,00	2,00	13,70	83	13,20
811	Итого	26,47	27,26	112,83	812	84,42

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

Пятница первая неделя
На 10 ноября 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Зразы рубленые (говядина)	9,56	12,40	12,25	199	36,28
180	Каша пшениная вязкая	7,85	11,58	33,41	269	6,89
200	Чай с лимоном витаминизированный	0,10	0,05	15,20	61	2,60
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,00
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,20
100	Плоды или ягоды свежие (слива)	0,80	0,20	7,50	38	13,00
635	Итого	22,24	24,77	91,65	681,00	62,97
	Наценка 25%					15,74
	Всего					78,71

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

Повар

И.Н.Яворская

