



Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Понедельник первая неделя
На 22 января 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Сыр сычужный твердый порциями	3,90	3,98	0,00	51	8,87
180	Каша манная молочная вязкая	6,97	10,64	31,99	251	11,18
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,89
37	Хлеб пшеничный	2,80	0,29	18,20	87	2,49
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,79
200	Фрукты или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	44,00
652	Итого	19,19	18,95	78,37	562	77,22

Обед

60	Салат из белокочанной капусты с морковью	1,00	6,10	5,80	82	3,65
200	Суп картофельный с клецками	4,62	3,34	11,40	94	4,43
100	Курица в соусе с томатом	11,33	11,25	3,22	160	47,00
150	Рис отварной с овощами	3,33	4,63	30,94	179	10,26
200	Компот из фруктов и ягод (зам)	0,15	0,15	17,19	71	4,21
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,70
24	Хлеб ржаной	1,58	0,29	8,02	42	2,14
100	Фрукты или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	35,20
874	Итого	26,55	26,58	117,25	818	109,59

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

Понедельник первая неделя
На 22 января 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Сыр порциями	1,17	0,17	3,83	22	8,87
180	Каша манная молочная вязкая	14,90	15,60	2,30	210	11,18
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,89
48	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,24
28	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	2,50
150	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	0,40	0,30	10,30	47	11,43
621	Итого	25,39	20,21	58,91	523,00	46,11
	Наценка 25%					11,53
	Всего					57,64

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

Повар И.Н.Яворская

