



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

Вторник первая неделя
На 03 сентября 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Овощи натуральные свежие (помидоры)	0,6	0,1	2,2	14	11,30
200	Макароны отварные с сыром	13,2	15,8	38,1	349	27,31
200	Кофейный напиток с молоком	3,8	3,5	11,2	91	8,98
25	Хлеб пшеничный	1,9	0,2	12,5	59	1,72
25	Хлеб ржаной	1,7	0,2	10,6	51	2,27
100	Плоды или ягоды свежие (персики)	0,9	0,1	9,2	44	22,00
610	Итого	22,1	19,9	83,8	608	73,58

Обед

60	Огурец в нарезке	0,5	0,1	1,5	8	10,17
200	Борщ с капустой и картофелем	1,6	4,6	10,1	91	7,20
90	Котлеты "Школьные"	13,2	14,0	12,2	227	38,07
150	Каша гречневая вязкая	4,4	5,2	20,0	144	6,74
30	Соус красный основной	0,4	0,7	2,8	20	1,86
200	Сок фруктовый (промышленное производство)	1,0	0,2	20,2	86	5,67
40	Хлеб пшеничный	3,1	0,2	20,1	95	2,76
35	Хлеб ржаной	2,3	0,3	14,8	71	3,17
805	Итого	26,5	25,3	101,7	742	75,64

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

Повар _____

И.Н.Яворская





Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Вторник первая неделя
На 03 сентября 2024 год

Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
250	Борщ с капустой и картофелем	1,90	5,40	12,30	108,1	7,49
20	Сметана	0,50	2,90	0,70	40	4,90
100	Котлеты школьные	14,70	19,50	13,60	289	47,08
150	Каша гречневая вязкая	4,30	5,10	19,20	139,8	6,55
30	Соус красный основной	0,40	0,70	2,00	16,5	1,59
200	Сок фруктовый (промышленное производство)	1,00	0,20	19,80	86	6,00
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,30	25,10	118,4	3,42
30	Хлеб ржаной	2,00	0,30	12,70	61,2	2,74
70	Булочка творожная	3,00	3,60	29,20	139	17,23
900	Итого	31,60	38,00	134,60	998,00	97,00
	Наценка 25%					24,25
	Всего					121,25

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар _____

И.Н.Яворская





Меню
МБОУ СОШ № 21
Дети от 12 лет и старше
Инвалиды и ОВЗ

Вторник первая неделя
На 03 сентября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Масло сливочное порциями	0,10	12,40	0,10	112,2	11,09
100	Помидоры свежие порционно	1,10	0,20	3,70	23,3	11,77
180	Макароны отварные с овощами	7,00	6,50	41,90	255,2	13,32
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,32
45	Хлеб пшеничный	3,40	0,30	22,60	106,6	3,08
45	Хлеб ржаной	3,00	0,40	19,10	91,8	4,11
585	Итого	18,40	23,30	98,60	680	51,69

Обед

250	Борщ с капустой и картофелем	1,90	5,40	12,30	108,1	7,49
20	Сметана	0,50	2,90	0,70	40	4,90
100	Котлеты школьные	14,70	19,50	13,60	289	47,08
150	Каша гречневая вязкая	4,30	5,10	19,20	139,8	6,55
30	Соус красный основной	0,40	0,70	2,00	16,5	1,59
200	Сок фруктовый (промышленное производство)	1,00	0,20	19,80	86	6,00
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,30	25,10	118,4	3,42
30	Хлеб ржаной	2,00	0,30	12,70	61,2	2,74
70	Булочка творожная	3,00	3,60	29,20	139	17,23
900	Итого	31,60	38,00	134,60	998	97,00
	Всего	50,00	61,30	233,20	1678	148,69

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

Повар _____

И.Н.Яворская

