



Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Вторник первая неделя

На 01 октября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Овощи натуральные свежие (помидоры)	0,64	0,12	2,21	14	7,06
180	Макароны отварные с сыром	11,85	14,17	34,24	314	21,95
200	Какао с молоком	3,37	2,78	14,57	98	10,27
20	Хлеб пшеничный	1,53	0,12	10,04	47	1,40
20	Хлеб ржаной	1,32	0,18	8,48	41	1,87
100	Плоды или ягоды свежие (слива)	0,87	0,10	9,22	44	10,00
580	Итого	19,58	17,47	78,76	557	52,55

Обед

60	Осурец в нарезке	0,47	0,06	1,46	8	6,78
200	Борщ с капустой и картофелем	1,61	4,61	10,13	91	7,44
90	Котлеты "Школьные"	13,18	13,98	12,18	227	36,15
150	Каша гречневая вязкая	4,43	5,16	19,98	144	6,69
30	Соус красный основной	0,43	0,74	2,82	20	1,83
200	Сок фруктовый (промышленное производство)	1,00	0,20	20,20	86	6,00
40	Хлеб пшеничный	3,05	0,25	20,07	95	2,81
35	Хлеб ржаной	2,32	0,31	14,84	71	3,27
805	Итого	26,49	25,31	101,68	742	70,97

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар И.Н. Яворская



Эжбаев



Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалов

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети от 12 лет и старше

Вторник первая неделя

На 01 октября 2024 год

Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена	
100	Огурцы в нарезке	0,80	0,10	2,40	13,6	11,30	14,13
250	Борщ с капустой и картофелем	1,90	5,40	12,30	108,1	9,30	11,63
100	Котлеты школьные	14,70	17,60	13,60	271,5	47,90	59,88
150	Каша гречневая вязкая	4,30	5,10	19,20	139,8	6,61	8,26
30	Соус красный основной	0,40	0,70	2,00	16,5	1,57	1,96
200	Сок фруктовый (промышленное производство)	1,00	0,20	19,80	86	6,00	7,50
45	Хлеб пшеничный	3,40	0,30	22,60	106,6	3,16	3,95
45	Хлеб ржаной	3,00	0,40	19,10	91,8	4,21	5,26
100	Булочка творожная	2,60	3,10	25,00	118,9	24,96	31,20
1020	Итого	32,10	32,90	136,00	952,80	115,01	143,76

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
Инвалиды и ОВЗ

Вторник первая неделя
На 01 октября 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Помидоры свежие порционно	1,10	0,20	3,70	23,3	11,77
180	Макароны отварные с сыром	11,90	14,60	34,70	320,2	22,45
200	Какао с молоком	3,40	2,80	14,60	97,8	10,27
35	Хлеб пшеничный	2,70	0,20	17,60	82,9	2,46
35	Хлеб ржаной	2,30	0,30	14,80	71,4	3,27
100	Слива	0,90	0,10	9,20	43,7	10,00
650	Итого	22,30	18,20	94,60	639	60,22
<u>Обед</u>						
<u>ОВЗ,инвалиды,многодетные,СВО</u>						
100	Огурцы в нарезке	0,80	0,10	2,40	13,6	11,30
250	Борщ с капустой и картофелем	1,90	5,40	12,30	108,1	9,30
100	Котлеты школьные	14,70	17,60	13,60	271,5	47,90
150	Каша гречневая вязкая	4,30	5,10	19,20	139,8	6,61
30	Соус красный основной	0,40	0,70	2,00	16,5	1,57
200	Сок фруктовый (промышленное производство)	1,00	0,20	19,80	86	6,00
45	Хлеб пшеничный	3,40	0,30	22,60	106,6	3,16
45	Хлеб ржаной	3,00	0,40	19,10	91,8	4,21
100	Булочка творожная	2,60	3,10	25,00	118,9	24,96
1020	Итого	32,10	32,90	136,00	952,8	115,01
	Всего	54,40	51,10	230,60	1592,1	175,23

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

Повар И.Н.Яворская