

Утверждаю:
 Директор МБОУ ООШ № 21
 А.Н. Мочалова



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

Понедельник первая неделя
На 02 сентября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
200	Каша рисовая молочная	4,9	8,0	29,9	212	15,04
105	Блинчики	5,4	8,3	30,7	219	8,42
20	Молоко сгущенное	1,4	1,7	11,1	66	6,00
200	Напиток из плодов шиповника	0,7	0,3	19,1	94	4,72
40	Хлеб пшеничный	3,1	0,2	20,1	95	2,76
565	Итого	15,5	18,5	110,9	686	36,94

Обед

60	Салат из свежих помидоров и огурцов	0,6	3,7	2,2	45	10,12
200	Суп картофельный	2,9	2,3	15,4	94	6,63
90	Котлеты рубленые с сыром и соусом молочным	12,9	13,8	8,9	212	24,57
150	Каша пшеничная вязкая	2,2	4,4	25,5	150	4,24
200	Чай с лимоном	0,3	0,0	10,3	43	2,73
35	Хлеб пшеничный	2,7	0,2	17,6	83	2,41
30	Хлеб ржаной	2,0	0,3	12,7	61	2,72
100	Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	0,4	0,4	9,8	47	8,54
865	Итого	24,0	25,1	102,4	735	61,96

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

Повар _____ И.Н.Яворская





Утверждаю:

Директор МБОУ ООШ № 21

И.Н. Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети от 12 лет и старше

Инвалиды и ОВЗ

Понедельник первая неделя

На 02 сентября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
200	Каша рисовая молочная жидкая	4,90	8,00	29,90	211,6	15,04
150	Блинчики	4,60	7,80	31,00	212,2	8,61
30	Молоко сгущенное	2,20	2,60	16,70	98,4	9,00
200	Напиток из плодов шиповника	0,70	0,30	19,10	93,8	4,72
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,30	25,10	118	3,42
100	Бананы	1,50	0,50	21,00	96	15,00
730	Итого	17,70	19,50	142,80	830,4	55,79
<u>Обед</u>						
15	Сыр сычужный твердый	3,50	4,40	0,00	54,6	8,80
250	Суп картофельный с мясными фрикадельками	9,90	8,90	17,90	191,8	45,41
200	Запеканка из творога	11,10	17,60	30,30	298,6	81,60
30	Варенье порциями	0,10	0,10	21,60	83,8	8,55
200	Чай с лимоном	0,30	0,00	10,30	43,4	2,73
65	Хлеб пшеничный	5,00	0,40	32,60	153,9	4,45
40	Хлеб ржаной	2,60	0,40	17,00	81,6	3,65
100	Яблоко	0,40	0,40	9,80	47	8,54
900	Итого	32,90	32,20	139,50	954,7	163,73
	Всего	50,60	51,70	282,30	1785	219,52

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

Понедельник первая неделя
На 02 сентября 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
15	Сыр сычужный твердый	3,50	4,40	0,00	54,6	8,80
250	Суп картофельный с мясными фрикадельками	9,90	8,90	17,90	191,8	45,41
200	Запеканка из творога	11,10	17,60	30,30	298,6	81,60
30	Варенье порциями	0,10	0,10	21,60	83,8	8,55
200	Чай с лимоном	0,30	0,00	10,30	43,4	2,73
65	Хлеб пшеничный	5,00	0,40	32,60	153,9	4,45
40	Хлеб ржаной	2,60	0,40	17,00	81,6	3,65
100	Яблоко	0,40	0,40	9,80	47	8,54
900	Итого	32,90	32,20	139,50	954,70	163,73
	Наценка 25%					40,93
	Всего					204,66

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

Повар _____ И.Н.Яворская

