

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет

Утверждаю:
МБОУ ООШ № 21
А.С.Денисенко

Четверг вторая неделя
На 12 октября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Огурцы свежие (порционно)	0,42	0,06	1,14	7	6,75
90	Шницель из говядины	12,54	16,80	9,66	240	53,84
150	Каша гречневая вязкая	3,20	4,20	20,80	134	5,34
30	Соус красный основной	0,40	0,63	2,53	17	1,44
200	Чай с лимоном витамин	0,10	0,05	15,20	61	2,99
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,31
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,73
570	Итого	19,50	22,14	65,85	541	73,40

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

Четверг вторая неделя
На 12 октября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Огурцы свежие порционно	0,70	0,10	1,90	12	11,25
100	Шницель из говядины	13,91	18,66	10,74	267	59,82
180	Каша гречневая вязкая	3,84	5,04	24,96	161	6,41
25	Соус красный основной	0,33	0,52	2,11	14	1,09
200	Чай с лимоном витаминизированный	0,10	0,05	15,20	61	2,51
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,64
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,16
655	Итого	22,43	24,87	75,74	617,00	84,88
	Наценка "5%					21,22
	Всено					106,10

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 с 7 до 11 лет

Инвалиды и ОВЗ

Четверг вторая неделя

На 12 октября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
40	Бутерброд горячий с сыром	5,87	8,93	13,07	150	12,96
200	Рагу из овощей с соусом томатным	2,97	6,43	19,99	149	12,67
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,75
35	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,29
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,16
500	Итого	16,95	19,44	70,01	515	38,83

Обед

100	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	2,30	11,00	3,90	124	10,07
200	Суп картофельный с домашней лапшой	2,13	2,20	15,17	89	4,44
200	Рагу из птицы	15,09	13,58	17,37	253	58,74
200	Кисель из вишни	0,20	0,00	13,00	53	6,43
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	2,94
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,46
200	Фрукты или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	26,00
985	Итого	27,28	28,12	105,94	791	112,08

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

И.Н.Яворская

