



Утверждаю:

МБОУ ООШ № 21

А.С.Демисенко

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет

Среда первая неделя

На 20 сентября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Перец болгарский в нарезке	0,80	0,10	2,90	15	
100	Котлеты рыбные	12,69	9,12	19,28	210	
150	Картофель отварной	2,85	6,15	19,05	143	
200	Напиток из плодов шиповника	0,68	0,28	20,76	88	
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	
550	Итого	19,86	16,05	78,51	538	0,00

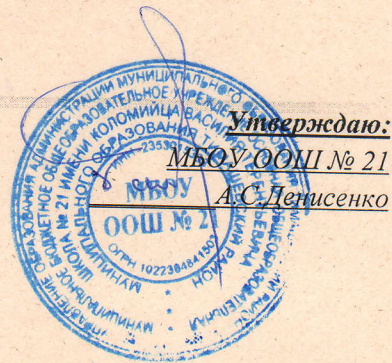
При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская





Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Среда первая неделя
На 20 сентября 2023 год
Завтрак

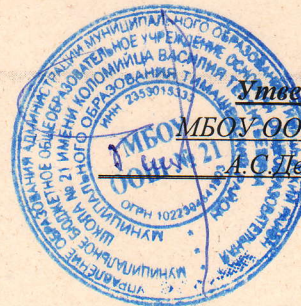
Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Перец болгарский внарезке	0,78	0,06	2,94	16	6,88
100	Котлеты рыбные	12,69	9,12	19,28	210	25,91
150	Картофель отварной	2,85	6,15	19,05	143	11,60
200	Напиток из плодов шиповника	0,68	0,28	20,76	88	5,06
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,31
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,73
550	Итого	19,84	16,01	78,55	539,00	52,49
	Наценка 25%					13,12
	Всего					65,61

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

Среда первая неделя

На 20 сентября 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
150	Запеканка рисовая с творогом	9,10	7,47	49,86	303	
200	Молоко кипяченое	5,90	6,80	9,90	123	
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	
100	Плоды или ягоды свежие (нектарин)	0,90	0,10	9,50	45	
500	Итого	19,50	14,85	90,70	577	0,00

Обед

60	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	0,48	6,06	1,26	61	
200	Борщ сибирский	2,79	3,24	11,34	86	
100	Котлеты из говядины с соусом	14,01	12,33	10,80	210	
150	Каша гречневая (вязкая)	3,20	3,70	21,22	131	
200	Компот из свежих плодов	0,50	0,20	23,10	96	
37	Хлеб пшеничный	2,80	0,29	18,20	87	
35	Хлеб ржаной	2,31	0,42	11,69	61	
100	Плоды или ягоды свежие (слива)	0,80	0,30	9,60	49	
882	Итого	26,89	26,54	107,21	781	0,00

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

