



Утверждаю:

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Среда вторая неделя

На 13 декабря 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Горошек зеленый (консервированный)	1,80	0,15	3,60	23	11,69
150	Омлет натуральный	12,92	20,08	3,46	245	35,86
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	7,84
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,69
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,77
150	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	10,70
620	Итого	19,78	21,39	68,52	547	70,55

Обед

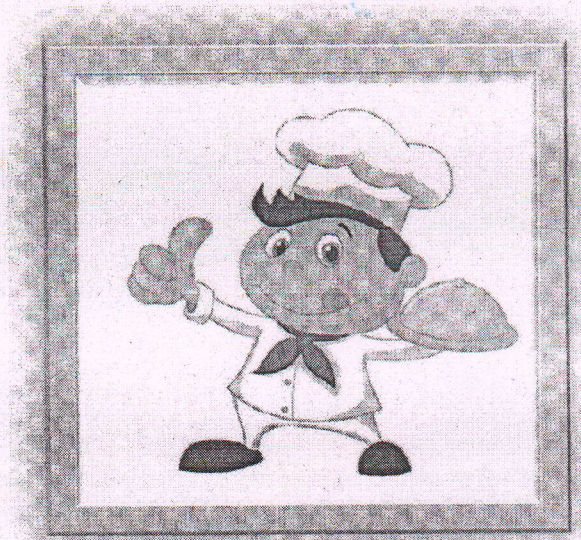
60	Помидоры соленные в нарезке	0,70	0,10	2,30	13	6,57
200	Суп картофельный	1,87	2,26	13,50	91	5,13
90	Шницель из говядины	12,54	16,80	9,66	240	53,98
150	Каша пшениная вязкая	4,00	4,24	24,56	152	5,75
25	Соус красный основной	0,33	0,52	2,11	14	0,99
200	Чай с молоком	1,50	1,30	15,90	81	5,15
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,69
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,66
130	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	22,10
925	Итого	26,76	26,10	105,23	775	105,02

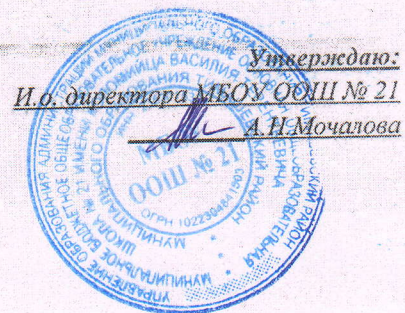
При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская





Утверждаю:
И.о. директора МБОУ ООШ № 21
А.Н.Мочалова

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Среда вторая неделя
На 13 декабря 2023 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Горошек зеленый консервированный	3,00	0,25	6,00	38	19,49
200	Омлет натуральный	17,23	26,77	4,61	327	55,82
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	7,84
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	2,01
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,77
100	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	0,40	0,40	10,00	47	7,14
650	Итого	24,53	28,10	67,15	621,00	94,07
	Наценка 25%					23,52
	Всего					117,59

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

Повар

И.Н.Яворская

