



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

Понедельник вторая неделя
На 13 мая 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Салат из свежих огурцов	0,45	3,61	1,41	40	12,58
200	Жаркое по-домашнему из птицы	15,00	10,00	18,33	223	59,25
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	9,04
33	Хлеб пшеничный	2,51	0,26	16,24	78	2,28
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,80
513	Итого	23,08	17,61	53,86	467	84,95

Обед

60	Салат из квашеной капусты	0,78	3,00	4,80	50	9,10
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,32	2,00	16,80	96	5,82
100	Бефстроганов из отварной говядины	14,90	15,60	2,30	210	68,39
150	Каша гречневая (вязкая)	3,20	4,20	20,80	134	5,29
200	Компот из смеси сухофруктов	0,50	0,00	19,80	81	3,85
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,77
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
200	Плоды или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	44,00
980	Итого	27,12	25,78	104,50	764	141,92

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

Повар _____ И.Н.Яворская





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

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Понедельни вторая неделя
На 13 мая 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из квашенной капусты	1,30	5,00	8,00	84	15,17
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,90	2,50	21,00	120	7,26
100	Бефстроганов из отварной говядины	14,90	15,60	2,30	210	68,39
180	Каша гречневая вязкая	3,84	5,04	24,96	161	6,35
200	Компот смеси сухофруктов	0,50	0,00	19,80	81	3,85
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	3,11
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
905	Итого	28,84	28,86	108,22	814,00	106,83
	Наценка 25%					26,71
	Всено					133,54

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

Повар  И. Н. Яворская





Меню
МБОУ СОШ № 21
Дети от 12 лет и старше
Инвалиды и ОВЗ

Понедельник вторая неделя
На 13 мая 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из свежих огурцов	0,75	6,02	2,35	67	20,96
200	Жаркое по-домашнему	15,00	10,00	18,33	223	59,25
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	9,04
35	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,42
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,25
150	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	0,40	0,40	10,00	47	12,34
710	Итого	24,26	20,50	67,63	553	106,26
<u>Обед</u>						
100	Салат из квашенной капусты	1,30	5,00	8,00	84	15,17
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,90	2,50	21,00	120	7,26
100	Бефстроганов из отварной говядины	14,90	15,60	2,30	210	68,39
180	Каша гречневая вязкая	3,84	5,04	24,96	161	6,35
200	Компот смеси сухофруктов	0,50	0,00	19,80	81	3,85
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	3,11
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
200	Плоды или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	44,00
1105	Итого	29,24	29,16	118,52	861	150,83
	Всего	53,50	49,66	186,15	1414	257,09

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

Повар _____ И.Н.Яворская

