

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



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

Пятница вторая неделя
На 01 марта 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
35	Бутерброд горячий с сыром	4,98	5,66	5,92	95	10,65
90	Биточки из курицы	8,40	6,19	14,40	152	35,17
150	Рис отварной с овощами	3,33	4,63	30,94	179	10,30
200	Напиток из плодов шиповника	0,68	0,28	20,76	88	5,07
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,70
500	Итого	19,29	16,96	84,32	573	62,89

Обед

60	Овощи натуральные соленные (огурцы)	0,48	0,06	1,02	8	5,54
200	Суп картофельный с бобовыми	1,84	3,40	12,10	86	7,61
90	Гуляш из говядины	15,19	15,19	3,49	213	56,17
150	Каша гречневая (вязкая)	3,20	4,00	21,22	134	5,41
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	8,17
32	Хлеб пшеничный	2,43	0,26	15,74	75	2,18
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,25
40	Пирожное школьное к чаю с повидлом	2,00	2,00	13,70	83	28,00
797	Итого	27,09	25,41	100,90	745	115,33

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

Пятница вторая неделя
На 01 марта 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Огурцы соленые порционно	0,80	0,10	1,70	13	9,24
250	Суп картофельный с бобовыми	2,30	4,25	15,13	108	9,51
100	Гуляш из говядины	16,88	16,88	3,88	237	62,40
180	Каша гречневая вязкая	3,84	5,04	24,96	161	6,49
200	Компот из яблок с лимоном	0,30	0,20	25,10	103	8,17
45	Хлеб пшеничный	3,42	0,36	22,14	106	3,06
25	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,25
900	Итого	29,19	27,13	101,44	771,00	101,12
	Наценка 25%					25,28
	Всено					126,40

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

Повар _____ И.Н.Яворская

