



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

Вторник вторая неделя
На 10 сентября 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
165	Каша вязкая "Артековска"	6,89	8,10	39,16	258	16,11
30	Варенье	0,12	0,09	21,59	84	6,20
105	Блинчики	5,37	8,33	30,72	219	8,21
200	Чай с молоком	1,60	1,21	12,42	67	4,95
500	Итого	13,98	17,73	103,89	628	35,47

Обед

60	Салат "Полонинский"	0,68	6,07	2,95	70	6,19
200	Борщ с фасолью и картофелем	3,07	4,76	13,07	110	8,05
90	Рыба, запеченная в соусе	11,11	8,70	8,71	171	30,09
150	Рис с овощами	3,23	4,05	32,52	180	9,06
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,45
35	Хлеб пшеничный	2,67	0,22	17,56	83	2,46
35	Хлеб ржаной	2,32	0,31	14,84	71	3,27
770	Итого	26,88	27,61	100,85	776	67,57

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

Вторник вторая неделя
На 10 сентября 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
250	Борщ с фасолью и картофелем	3,80	5,90	16,10	136,5	9,17
120	Рыба, запеченная в соусе	10,50	13,10	7,80	198,2	46,07
160	Рис с овощами	3,30	4,30	33,00	183,8	9,42
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,45
70	Хлеб пшеничный	5,30	0,40	35,10	165,8	4,91
50	Хлеб ржаной	3,30	0,40	21,20	102	4,68
100	Яблоко	0,40	0,40	9,80	47	9,13
950	Итого	30,40	28,00	134,20	924,30	91,83
	Наценка 25%					22,96
	Всего					114,79

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

Инвалиды и ОВЗ

Вторник вторая неделя

На 10 сентября 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
200	Каша вязкая "Артековская"	8,30	9,80	47,50	312,2	16,12
150	Блинчики	7,10	12,60	40,60	341,2	21,07
30	Повидло	0,10	0,10	21,60	83,8	6,20
200	Чай с молоком	1,60	1,20	12,40	67,3	4,95
580	Итого	17,10	23,70	122,10	804,5	48,34

Обед

ОВЗ, инвалиды, многодетные, СВО

250	Борщ с фасолью и картофелем	3,80	5,90	16,10	136,5	9,17
120	Рыба, запеченная в соусе	10,50	13,10	7,80	198,2	46,07
160	Рис с овощами	3,30	4,30	33,00	183,8	9,42
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	8,45
70	Хлеб пшеничный	5,30	0,40	35,10	165,8	4,91
50	Хлеб ржаной	3,30	0,40	21,20	102	4,68
100	Яблоко	0,40	0,40	9,80	47	9,13
950	Итого	30,40	28,00	134,20	924	91,83
	Всего	47,50	51,70	256,30	1728,8	140,17

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н. Яворская

И.Н. Яворская

