



Утверждаю:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Понедельник первая неделя

На 20 мая 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
40	Помидоры свежие в нарезке	0,44	0,08	1,52	9	8,50
90	Бефстроганов из отварной говядины	12,01	14,04	3,60	189	61,55
150	Каша гречневая вязкая	3,20	4,00	21,22	134	5,29
200	Чай с лимоном (витамин.)	0,10	0,05	15,20	61	2,78
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,38
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,80
200	Плоды или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	44,00
720	Итого	18,99	18,87	68,36	522	125,30

Обед

60	Икра баклажанная (пром.производства)	1,00	3,20	3,80	48	9,22
200	Суп картофельный с клецками	4,62	3,34	11,40	94	4,21
100	Курица в соусе с томатом	11,33	11,25	3,22	160	47,08
150	Рис отварной с овощами	3,33	4,63	30,94	179	10,36
200	Компот из плодов и ягод (зам)	0,15	0,15	17,19	71	11,71
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,77
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
220	Плоды или ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	39,60
1000	Итого	26,95	23,75	117,25	794	127,65

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

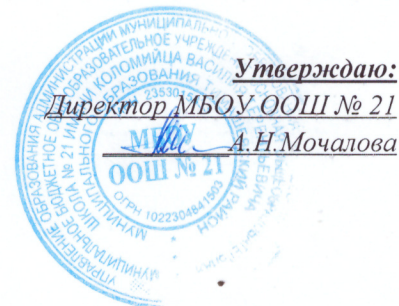
Понедельник первая неделя
На 20 мая 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Икра баклажанная	1,67	5,33	6,33	80	15,37
250	Суп картофельный с клецками	5,78	4,18	14,25	118	5,42
100	Курица в соусе с томатом	11,33	11,25	3,22	160	47,08
180	Рис отварной с овощами	3,98	5,55	37,13	214	12,43
200	Компот из плодов и ягод	0,15	0,15	17,19	71	4,48
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,77
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,70
900	Итого	27,93	27,14	107,82	789,00	90,25
	Наценка 25%					22,56
	Всего					112,81

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

Понедельник первая неделя
На 20 мая 2024 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
40	Помидоры свежие в нарезке	0,44	0,08	1,52	9	8,50
100	Бефстроганов из отварной говядины	13,30	15,60	2,30	203	68,39
180	Каша гречневая, вязкая	3,84	5,04	24,96	161	6,35
200	Чай с лимоном витамин	0,10	0,05	15,20	61	2,78
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,73
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,80
200	Фрукты или ягоды свежие (груши)	0,40	0,30	10,30	47	44,00
765	Итого	21,30	21,51	73,26	575	133,55

Обед

100	Икра баклажанная	1,67	5,33	6,33	80	15,37
250	Суп картофельный с клецками	5,78	4,18	14,25	118	5,42
100	Курица в соусе с томатом	11,33	11,25	3,22	160	47,08
180	Рис отварной с овощами	3,98	5,55	37,13	214	12,43
200	Компот из плодов и ягод	0,15	0,15	17,19	71	4,48
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	Фрукты и ягоды свежие (бананы)	1,50	0,50	21,00	96	36,00
1100	Итого	29,43	27,64	128,82	885	126,25
	Всего	50,73	49,15	202,08	1460	259,80

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

Повар

И.Н.Яворская

