

Утверждаю:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова

Меню

МБОУ ООШ № 21

Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды



Вторник первая неделя

На 07 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
90	Биточки из курицы	8,40	6,19	14,40	152	35,20
150	Макароны отварные с овощами	4,70	6,10	26,50	181	12,64
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	9,04
20	Хлеб пшеничный	1,52	0,16	9,84	47	1,38
150	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	12,34
670	Итого	19,27	19,96	73,35	558	83,18

Обед

60	Салат из квашенной капусты с яблоками	0,66	6,12	3,18	71	7,21
200	Суп картофельный с горохом	4,91	2,51	16,33	108	4,71
8	Гренки из пшеничного хлеба	0,90	0,09	5,58	27	1,04
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	7,48	8,49	12,46	157	33,25
150	Картофельное пюре	3,05	5,78	19,78	143	12,38
200	Сок фруктовый пакетированный в ассортименте	0,40	0,40	9,80	47	19,85
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,46
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,60
130	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	20,80
928	Итого	24,64	24,47	112,59	779	106,30

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

Вторник первая неделя
На 07 мая 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Салат из квашенной капусты с яблоком	1,10	10,20	5,30	117	12,00
250	Суп картофельный с горохом	8,35	5,75	20,35	166	6,19
10	Гренки из пшеничного хлеба	1,13	0,11	6,97	33	1,30
100	Рыба, тушенная в томате с овощами	8,31	9,43	13,84	174	36,93
180	Картофельное пюре	3,66	6,94	23,74	172	14,86
200	Сок фруктовый пакетированный в ассортименте	0,40	0,40	9,80	47	5,67
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,20
46	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,60
936	Итого	29,39	33,71	117,96	897,00	83,75
	Наценка 25%					20,94
	Всего					104,69

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 СОШ № 21

Дети от 12 лет и старше

Инвалиды и ОВЗ

Вторник первая неделя

На 07 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
100	Биточки из курицы	9,33	6,88	16,00	169	39,10
180	Макароны отварные с овощами	5,64	7,32	31,80	217	15,17
200	Кофейный напиток с молоком	3,80	3,50	11,20	91	9,04
25	Хлеб пшеничный	1,90	0,20	12,30	59	1,73
150	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,40	0,40	10,00	47	12,34
755	Итого	21,82	24,32	83,65	650	98,34

Обед

100	Салат из квашенной капусты с яблоком	1,10	10,20	5,30	117	12,00
250	Суп картофельный с горохом	8,35	5,75	20,35	166	6,19
10	Гренки из пшеничного хлеба	1,13	0,11	6,97	33	1,30
100	Рыба, тушенная в томате с овощами	8,31	9,43	13,84	174	36,93
180	Картофельное пюре	3,66	6,94	23,74	172	14,86
200	Сок фруктовый пакетированный в ассортименте	0,40	0,40	9,80	47	19,85
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,46
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,60
130	Плоды или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	20,80
1060	Итого	30,19	33,91	125,46	935	118,99
	Всего	52,01	58,23	209,11	1585	217,33

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар

И.Н.Яворская

