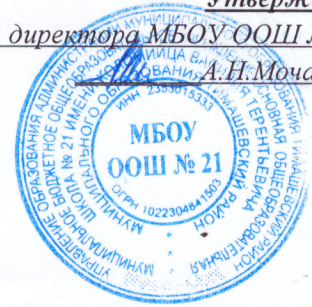


Утверждаю:
И.о. директора МБОУ ООШ № 21
А.Н.Мочалова

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



Вторник первая неделя
На 20 февраля 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
50	Огурцы свежие	0,35	0,05	0,95	6	14,84
195	Азу	14,10	17,04	28,00	321	69,21
200	Чай с лимоном (витамин.)	0,10	0,05	15,20	61	2,77
35	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,38
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,80
500	Итого	18,53	17,66	68,05	505	91,00

Обед

60	Салат из моркови с зеленым горошком	1,14	6,06	3,54	73	7,15
200	Суп картофельный с горохом	4,91	2,51	16,33	108	4,99
8	Гренки из пшеничного хлеба	0,90	0,09	5,58	27	1,02
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	7,48	8,49	12,46	157	50,94
150	Картофельное пюре	3,05	5,78	19,78	143	13,11
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	3,40
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,59
130	Фрукты или ягоды свежие (мандарины)	0,80	0,20	7,50	38	22,10
928	Итого	25,12	24,41	112,95	781	126,15

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 первая неделя
На 20 февраля 2024 год
Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Помидоры соленные порционно	1,90	10,10	5,90	122	10,94
250	Суп картофельный с горохом	6,14	3,13	20,40	135	6,55
10	Гренки из пшеничного хлеба	1,13	0,11	6,97	33	1,28
100	Рыба, тушенная в томате с овощами	8,31	9,43	13,84	174	56,59
180	Картофельное пюре	3,66	6,94	23,74	172	15,72
200	Сок фруктовый в ассортименте	0,40	0,40	9,80	47	5,67
50	Хлеб пшеничный	3,80	0,40	24,60	118	3,40
40	Хлеб ржаной	2,64	0,48	13,36	70	3,59
150	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	0,80	0,20	7,50	38	11,65
1080	Итого	28,78	31,19	126,11	909	115,39
	Наценка 25%					28,85
	Всего	28,78	31,19	126,11	909	144,24

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар _____ И.Н.Яворская

