



2 ДЕНЬ

Согласовано

Директор МБОУ-ООШ №21

А.Б.Бахметьев

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания и торговли"

Серикова В.Н.

МЕНЮ

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей возрастной категории от 12 лет и старше

на 05 11 2024 год

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Капуста квашеная	60	0,9	0,1	3,1	16,2	70/2015
Биточки рыбные	100	7,5	7	12	145	234/2015
Картофельное пюре со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015
Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,1	82	ПР
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
Кисель плодово-ягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338/2015
ИТОГО:		17,4	14,1	109,7	630,7	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015
Гуляш	70/70	20,3	23,3	3,9	309	260/2015
Каша рисовая вязкая со сливочным маслом	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
Хлеб пшеничный	70	4,9	0,7	19,6	140	П/П
Хлеб ржаной иодированный	50	3,2	0,5	21	102	П/П
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338/2015
ИТОГО:		36,2	40,2	128,5	1030	

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.