



10 ДЕНЬ

Согласовано

Директор МБОУ СОШ №21

А.Б.Бахметьев

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания и торговли"

Утверждаю:

Серикова В.Н.

## МЕНЮ

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

на 15 11 2024 год

### ЗАВТРАК

| Наименование блюда             | Выход, г | Пищевые вещества г |         |             | Энерг.ценн<br>ость, ккал | №<br>рецептуры |
|--------------------------------|----------|--------------------|---------|-------------|--------------------------|----------------|
|                                |          | Белки, г           | Жиры, г | Углеводы, г |                          |                |
| Икра свекольная                | 60       | 1,3                | 0,1     | 13,2        | 111                      | 75/2015        |
| Биточки из мяса говядины 1 кат | 90       | 9,3                | 9,9     | 8           | 127                      | 268/2015       |
| Капуста тушеная                | 150      | 3,8                | 6,9     | 16          | 112                      | 321/2015       |
| Напиток из плодов шиповника    | 200      | 0,6                | 0,2     | 11          | 65                       | 388/2015       |
| Хлеб пшеничный                 | 30       | 2,1                | 0,3     | 15,1        | 60                       | ПР             |
| Хлеб ржаной иодированный       | 30       | 2                  | 0,3     | 12,6        | 61                       | ПР             |
| Фрукты свежие (яблоки)         | 150      | 0,6                | 0,6     | 14,7        | 70,5                     | 338/2015       |
| ИТОГО:                         |          | 19,7               | 18,3    | 90,6        | 606,5                    |                |

### ОБЕД

| Наименование блюда                       | Выход, г    | Пищевые вещества г |         |             | Энерг.ценн<br>ость, ккал | №<br>рецептуры |
|------------------------------------------|-------------|--------------------|---------|-------------|--------------------------|----------------|
|                                          |             | Белки, г           | Жиры, г | Углеводы, г |                          |                |
| Сыр твердый порциями                     | 20          | 5,2                | 5,3     | 0           | 68                       | 15/2015        |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250         | 4,2                | 2,7     | 17,2        | 118                      | 103/2015       |
| Рагу из птицы                            | 200(75/125) | 14,2               | 12,1    | 17,3        | 237                      | 289/2015       |
| Какао с молоком                          | 200         | 4                  | 3,4     | 17,5        | 119                      | 382/2015       |
| Хлеб пшеничный                           | 60          | 4,2                | 0,6     | 30,2        | 120                      | П/П            |
| Хлеб ржаной иодированный                 | 30          | 2                  | 0,3     | 12,6        | 61                       | ПР             |
| Фрукты свежие (яблоки)                   | 150         | 0,6                | 0,6     | 14,7        | 70,5                     | 338/2015       |
| Ряженка                                  | 200         | 5,8                | 5       | 8,4         | 102                      | 386/2015       |
| ИТОГО:                                   |             | 40,2               | 30      | 117,9       | 895,5                    |                |

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.