

5 ДЕНЬ

Согласовано

Директор МБОУ-ООШ №21

А.Б.Бахметьев

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания и торговли" Серикова В.Н.

Утверждаю:

**М Е Н Ю**для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях  
для возрастной категории 7-11 летна 22 11 2024 год**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                     | Выход, г | Пищевые вещества г |             |             | Энерг.ценн<br>ость, ккал | №<br>рецептуры |
|----------------------------------------|----------|--------------------|-------------|-------------|--------------------------|----------------|
|                                        |          | Белки, г           | Жиры, г     | Углеводы, г |                          |                |
| Нарезка из соленых огурцов             | 60       | 0,5                | 0,1         | 1           | 6                        | 70/2015        |
| Фрикадельки из кур со сливочным маслом | 60/5     | 8,3                | 11,7        | 4,7         | 158                      | 297/2015       |
| Рагу овощное                           | 150      | 3,5                | 7,6         | 16          | 146                      | 541/2004       |
| Компот из сухофруктов                  | 200      | 1,2                | 0           | 38,8        | 132                      | 349/2015       |
| Хлеб ржаной иодированный               | 20       | 1,3                | 0,2         | 8,4         | 41                       | ПР             |
| Хлеб пшеничный                         | 30       | 2,1                | 0,3         | 15,1        | 60                       | ПР             |
| Фрукты свежие (яблоки)                 | 140      | 0,5                | 0,5         | 13,7        | 66                       | 338/2015       |
| <b>ИТОГО:</b>                          |          | <b>17,4</b>        | <b>20,4</b> | <b>97,7</b> | <b>609</b>               |                |

**ОБЕД**

| Наименование блюда                         | Выход, г | Пищевые вещества г |              |               | Энерг.ценн<br>ость, ккал | №<br>рецептуры |
|--------------------------------------------|----------|--------------------|--------------|---------------|--------------------------|----------------|
|                                            |          | Белки, г           | Жиры, г      | Углеводы, г   |                          |                |
| Капуста квашеная                           | 60       | 0,9                | 0,06         | 3,1           | 16,2                     | 70/2015        |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной   | 200/5    | 1,5                | 8,2          | 17,3          | 90                       | 82/2015        |
| Рыба тушеная с томатом и овощами           | 120/50   | 24,6               | 12,4         | 6,4           | 178                      | 229/2015       |
| Пюре картофельное со сливочным маслом      | 150      | 3,1                | 4,9          | 21,9          | 137                      | 312/2015       |
| Сок натуральный промышленного производства | 200      | 1                  | 0            | 23,46         | 92                       | 389/2015       |
| Хлеб пшеничный                             | 50       | 3,5                | 0,5          | 25,2          | 100                      | ПР             |
| Хлеб ржаной иодированный                   | 30       | 2                  | 0,3          | 12,6          | 61                       | ПР             |
| <b>ИТОГО:</b>                              |          | <b>36,6</b>        | <b>26,36</b> | <b>109,96</b> | <b>674,2</b>             |                |

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.