



1 ДЕНЬ  
Согласовано  
Директор МБОУ ООШ №21  
А.Б.Бахметьев

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

## МЕНЮ

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях  
для возрастной категории 7-11 лет

на 2 декабря 2024 год

### ЗАВТРАК

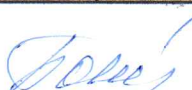
| Наименование блюда                       | Выход, г   | Пищевые вещества г |         |             | Энерг.ценн<br>ость, ккал | №<br>рецептуры |
|------------------------------------------|------------|--------------------|---------|-------------|--------------------------|----------------|
|                                          |            | Белки, г           | Жиры, г | Углеводы, г |                          |                |
| Икра кабачковая                          | 60         | 0,7                | 2,8     | 4,6         | 47                       | ПР             |
| Мясо тушеное                             | 100(50/50) | 15,2               | 17,8    | 2,5         | 225                      | 256/2015       |
| Каша вязкая гречневая с маслом сливочным | 150        | 3,2                | 4,2     | 20,8        | 133                      | 303/2015       |
| Чай с лимоном                            | 200/10/7   | 0,3                | 0       | 15,2        | 60                       | 686/2004       |
| Хлеб пшеничный                           | 30         | 2,1                | 0,3     | 15,1        | 60                       | ПР             |
| Хлеб ржаной иодированный                 | 20         | 1,3                | 0,2     | 8,4         | 41                       | ПР             |
| ИТОГО:                                   |            | 22,8               | 25,3    | 66,6        | 566                      |                |

### ОБЕД

| 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        |
| Суп с рисовой крупой                             | 200      | 0,4                | 3,8     | 1,2         | 51                       | 115/2015       |
| Шницель из мяса говядины 1-кат с соусом томатным | 90/40    | 9,7                | 11,2    | 10          | 148                      | 268/2015       |
| Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным         | 150      | 3,2                | 4,2     | 20,8        | 133                      | 303/2015       |
| 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                         | 40       | 2,6                | 0,4     | 16,8        | 81                       | ПР             |
| Фрукты свежие (яблоки)                           | 150      | 0,6                | 0,6     | 14,7        | 70,5                     | 338/2015       |
| ИТОГО:                                           |          | 21,5               | 20,8    | 113,16      | 681,5                    |                |

Бухгалтер

Буфетчица

 Борисова Т.И.

 Рыбчинская О.М.