



5 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 6 декабря 2024 год

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ 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
ИТОГО:		17,4	20,4	97,7	609	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ 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
ИТОГО:		36,6	26,36	109,96	674,2	

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.