

6 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 возрастной категории 7-11 летна 23 декабре 2024 год

| 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             |
| Омлет с сыром              | 130/5    | 16,2               | 26,3        | 2,3         | 312                      | 211/2015       |
| Кофейный напиток с молоком | 200      | 3                  | 1,2         | 14,7        | 93                       | 379/2015       |
| 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>23,8</b>        | <b>31,3</b> | <b>58,8</b> | <b>619</b>               |                |

**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 картофельный с макаронными изделиями                        | 200        | 3,4                | 2,2         | 13,8         | 95                       | 103/2015       |
| 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       |
| Кисель плодово-ягодный на натуральной основе витаминизированный | 200        | 0                  | 0           | 23           | 92                       | ПР             |
| Хлеб пшеничный                                                  | 50         | 3,5                | 0,5         | 25,2         | 100                      | ПР             |
| Хлеб ржаной иодированный                                        | 20         | 1,3                | 0,2         | 8,4          | 41                       | ПР             |
| Ряженка                                                         | 180        | 5,2                | 4,5         | 7,6          | 92                       | 386/2015       |
| <b>ИТОГО:</b>                                                   |            | <b>32,3</b>        | <b>29,5</b> | <b>102,3</b> | <b>784</b>               |                |

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.