

1 ДЕНЬ

Согласовано

Директор МБОУ ООШ №21

А.Б.Бахметьев

Утверждаю

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания и торговли"

В. Н. Серикова

МЕНЮ

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

на 20 сентября 2025год

ЗАВТРАК

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
Наггетсы	70	17	9,5	6,2	178	595/2022
Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,8	4	21,3	137	309/2015
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	30	1,9	0,3	12,6	61,5	ПР
ИТОГО:		26	14,16	73,5	512,7	

ОБЕД

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
Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	4,2	13,2	118	102/2015
Голубцы ленивые	90	5,4	6,7	9	135	524/2022
Каша вязкая пшеничная	150	3,9	4,2	24,5	153	303/2015
Компот из смеси сухофруктов	200	1,2	0	38,8	132	349/2015
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	61	338/2015
ИТОГО:		21,4	16,5	137	766	

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.