

5-ДЕНЬ
Согласовано
Директор МБОУ ООШ №21
А.Б.Бахметьев

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

М Е Н Ю

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

на 10 января 2025 год

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Бризоль	70	17	9,5	6,2	178	602/2022
Рис с овощами	100	2,2	3,3	19,2	111	665/2022
Компот из сухофруктов	200	1,2	0	38,8	132	349/2015
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	61	338/2015
ИТОГО:		24,3	13,8	100,4	583	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Икра свекольная	60	1,3	0,1	13,2	111	75/02015
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,5	8,2	17,3	90	82/2015
Гуляш из мяса птицы	90	7,9	5,7	7,7	119	580/2022
Пюре картофельное	150	3,1	4,9	21,9	137	312/2015
Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
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:		20,1	20,2	125,8	739	

Бухгалтер

Буфетчица

Борисова Т.И.

Рыбчинская О.М.