

1 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 детей возрастной категории от 12 лет и старше

на 3 февраля 2025 год**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                   | Выход, г | Пищевые вещества г |             |             | Энерг.ценн<br>ость, ккал | №<br>рецептуры |
|--------------------------------------|----------|--------------------|-------------|-------------|--------------------------|----------------|
|                                      |          | Белки, г           | Жиры, г     | Углеводы, г |                          |                |
| Капуста квашеная                     | 60       | 0,9                | 0,06        | 3,1         | 16,2                     | 70/2015        |
| Наггетсы                             | 90       | 22                 | 12,2        | 7,9         | 228                      | 595/2022       |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150      | 5,7                | 6           | 32          | 195                      | 309/2015       |
| Чай с лимоном                        | 200/10/7 | 0,3                | 0           | 15,2        | 60                       | 686/2004       |
| Хлеб пшеничный                       | 40       | 2,8                | 0,4         | 20,2        | 80                       | ПР             |
| Хлеб ржаной иодированный             | 30       | 1,9                | 0,3         | 12,6        | 61,5                     | ПР             |
| <b>ИТОГО:</b>                        |          | <b>33,6</b>        | <b>19,0</b> | <b>91</b>   | <b>640,7</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  | 100      | 0,8                | 0,1         | 1,7          | 10                       | 70/2015        |
| Суп картофельный с бобовыми | 250      | 5,5                | 5,2         | 16,5         | 148                      | 102/2015       |
| Голубцы ленивые соусом      | 100      | 6                  | 7,5         | 10           | 150                      | 525/2022       |
| Пюре картофельное           | 180      | 3,6                | 5,7         | 24,2         | 164                      | 312/2015       |
| 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       |
| <b>ИТОГО:</b>               |          | <b>23,1</b>        | <b>19,8</b> | <b>141,7</b> | <b>826</b>               |                |

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.