



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
детей возрастной категории от 12 лет и старше

на 3 марта 2025 год

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
Нагетсы	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
ИТОГО:		33,6	19,0	91	640,7	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ 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
ИТОГО:		23,1	19,8	141,7	826	

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.