

3 ДЕНЬ

Согласовано

Директор МБОУ-ОШ №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 летна 5 марта 2025 год**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                           | Выход, г | Пищевые вещества г |             |             | Энерг.ценно<br>сть, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------------|----------|--------------------|-------------|-------------|--------------------------|-------------|
|                                              |          | Белки, г           | Жиры, г     | Углеводы, г |                          |             |
| Запеканка из творога 5% со сгущенным молоком | 135/20   | 22,5               | 17          | 43,4        | 384                      | 223/2015    |
| Какао с молоком                              | 200      | 4                  | 3,4         | 17,5        | 119                      | 382/2015    |
| Хлеб пшеничный                               | 20       | 1,4                | 0,2         | 10          | 40                       | 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    |
| <b>ИТОГО:</b>                                |          | <b>29,7</b>        | <b>21,3</b> | <b>92</b>   | <b>645</b>               |             |

**ОБЕД**

| Наименование блюда                             | Выход, г | Пищевые вещества г |              |             | Энерг.ценно<br>сть, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------------|----------|--------------------|--------------|-------------|--------------------------|-------------|
|                                                |          | Белки, г           | Жиры, г      | Углеводы, г |                          |             |
| Капуста квашеная                               | 60       | 0,9                | 0,06         | 3,1         | 16,2                     | 70/2015     |
| Рассольник Ленинградский                       | 200      | 1,6                | 4,6          | 9,4         | 86                       | 96/2015     |
| Нагетсы                                        | 90       | 22                 | 12,2         | 7,9         | 228                      | 595/2022    |
| Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150      | 5,7                | 5,8          | 30,4        | 195                      | 309/2015    |
| Напиток из плодов шиповника                    | 200      | 0,6                | 0,2          | 11          | 65                       | 388/2015    |
| Хлеб пшеничный                                 | 40       | 2,8                | 0,4          | 20,2        | 80                       | ПР          |
| Хлеб ржаной иодированный                       | 30       | 2                  | 0,3          | 12,6        | 61                       | ПР          |
| <b>ИТОГО:</b>                                  |          | <b>35,6</b>        | <b>23,56</b> | <b>94,6</b> | <b>731,2</b>             |             |

Бухгалтер

Буфетчица

Борисова Т.И.

Рыбчинская О.М.