

9 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 13 марта 2025 год**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                               | Выход, г | Пищевые вещества г |             |             | Энерг.ценн<br>ость, ккал | №<br>рецептуры |
|--------------------------------------------------|----------|--------------------|-------------|-------------|--------------------------|----------------|
|                                                  |          | Белки, г           | Жиры, г     | Углеводы, г |                          |                |
| Сыр твердый порциями                             | 20       | 5,2                | 5,3         | 0           | 68                       | 15/2015        |
| Каша вязкая молочная из риса со сливочным маслом | 200/10   | 6                  | 10,8        | 42,9        | 294                      | 174/2015       |
| 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                         | 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>16,1</b>        | <b>17,2</b> | <b>99,4</b> | <b>604</b>               |                |

**ОБЕД**

| Наименование блюда          | Выход, г | Пищевые вещества г |             |              | Энерг.ценн<br>ость, ккал | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|----------|--------------------|-------------|--------------|--------------------------|----------------|
|                             |          | Белки, г           | Жиры, г     | Углеводы, г  |                          |                |
| Икра кабачковая             | 100      | 1,2                | 4,7         | 7,7          | 78                       | ПР             |
| Суп картофельный с бобовыми | 250      | 5,5                | 5,2         | 16,5         | 148                      | 102/2015       |
| Чикенбол с молочным соусом  | 100      | 9,5                | 12,6        | 9,7          | 191                      | 621/2022       |
| Картофель фри (запеченый)   | 180      | 4,8                | 17,1        | 38           | 324                      | 648/2022       |
| Компот из свежих плодов     | 200      | 0,2                | 0,2         | 28           | 115                      | 342/2015       |
| Хлеб пшеничный              | 50       | 3,5                | 0,5         | 25,2         | 100                      | ПР             |
| Хлеб ржаной иодированный    | 30       | 2                  | 0,3         | 12,6         | 61                       | ПР             |
| <b>ИТОГО:</b>               |          | <b>26,7</b>        | <b>40,6</b> | <b>137,7</b> | <b>1017</b>              |                |

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.