

10 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 14 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	0,1	3,1	16,2	70/2015
Люля-кебаб из говядины	90	14	5,6	0,9	111	540/2022
Картофель фри (запеченый)	150	4	14,3	31,6	270	648/2022
Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	11	65	388/2015
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	61	ПР
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
ИТОГО:		22,9	20,7	70,1	564,2	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Капуста квашеная	100	1,6	0,1	5,2	26	70/2015
Рассольник Ленинградский	250	2	5,7	11,7	107	96/2015
Бризоль	100	24,5	13,6	8,8	254	602/2022
Рис с овощами	180	4	5,9	34,5	200	665/2022
Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,3	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:		38,4	26,6	126	869	

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.