

3 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 19 марта 2025 год

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Запеканка из творога 5% со сгущенным молоком	155 (135/20)	22,5	17	43,4	384	223/2015
Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
Масло сливочное	15	0,1	10,8	0,2	99	14/2015
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	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
ИТОГО:		30,5	32,2	97,3	764	

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	98/2015
Наггетсы	100	24,5	13,6	8,8	254	595/2022
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,8	7,2	38,3	246	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
ИТОГО:		40,3	27,5	107,8	839	

Бухгалтер

Борисова Т.И.

Буфетчица

Рыбчинская О.М.