

Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002795
на 2 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ГПД 1 неделя 5 день (пятница)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н5д)									
Завтрак (1н5д)	10	бутерброд	Бутерброд с маслом	20/5		90,682	1,863	4,296	11,143
Завтрак (1н5д)	61	Каша	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром 200	200		289,826	6,782	6,471	51,115
Завтрак (1н5д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (1н5д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (1н5д)									
Обед (1н5д)	3	1 блюдо	Борщ со сметаной и зеленью 250	250		119,420	1,857	7,074	12,081
Обед (1н5д)	196	2 блюдо	Котлеты рубленые бройлеров-цыплят с соусом 90	90		154,319	12,582	6,018	12,456
Обед (1н5д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (1н5д)	58	Напиток	Напиток из яблок 200	200		95,971	0,081	0,039	23,824
Обед (1н5д)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
Обед (1н5д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Полдник (1н5д)									
Полдник (1н5д)	82	Сладкое	Печенье 30	30		145,171	2,861	4,883	22,445
Полдник (1н5д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор



С.А. Лещеев

Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-002795
на 2 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека завтрак 1 неделя 5 день (пятница)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1нбд)									
Завтрак (1нбд)	196	2 блюдо	Котлеты рубленые бройлеров-цыплят с соусом 90	90		154,319	12,582	6,018	12,456
Завтрак (1нбд)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Завтрак (1нбд)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
Завтрак (1нбд)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (1нбд)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор



Директор _____

Утверждаю

Меню №МПОБ-002795
на 2 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Начальная школа завтрак 1 неделя 5 день (пятница)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н5д)									
Завтрак (1н5д)	196	2 блюдо	Котлеты рубленые бройлеров-цыплят с соусом 90	90		154,319	12,582	6,018	12,456
Завтрак (1н5д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Завтрак (1н5д)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
Завтрак (1н5д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (1н5д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор _____



С.А. Летский



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002795
на 2 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Начальная школа обед 1 неделя 5 день (пятница)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (1нбд)									
Обед (1нбд)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Обед (1нбд)	3	1 блюдо	Борщ со сметаной и зеленью 250	250		119,420	1,857	7,074	12,081
Обед (1нбд)	196	2 блюдо	Котлеты рубленые бройлеров-цыплят с соусом 90	90		154,319	12,582	6,018	12,456
Обед (1нбд)	52	Гарнир	Макаронны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (1нбд)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (1нбд)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

С.А. Лепнев



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-002795
на 2 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОВЗ младшие 1 неделя 5 день (пятница)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н5д)									
Завтрак (1н5д)	10	бутерброд	Бутерброд с маслом	20/5		90,682	1,863	4,296	11,143
Завтрак (1н5д)	61	Каша	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром 200	200		289,826	6,782	6,471	51,115
Завтрак (1н5д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (1н5д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (1н5д)									
Обед (1н5д)	3	1 блюдо	Борщ со сметаной и зеленью 250	250		119,420	1,857	7,074	12,081
Обед (1н5д)	196	2 блюдо	Котлеты рубленые бройлеров-цыплят с соусом 90	90		154,319	12,582	6,018	12,456
Обед (1н5д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (1н5д)	58	Напиток	Напиток из яблок 200	200		95,971	0,081	0,039	23,824
Обед (1н5д)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
Обед (1н5д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688



С.А. Лещнев

Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002795
на 2 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОБЗ старше 1 неделя 5 день (пятница)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н5д)									
Завтрак (1н5д)	10	бутерброд	Бутерброд с маслом	20/5		90,682	1,863	4,296	11,143
Завтрак (1н5д)	61	Каша	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром 200	200		289,826	6,782	6,471	51,115
Завтрак (1н5д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (1н5д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (1н5д)									
Обед (1н5д)	3	1 блюдо	Борщ со сметаной и зеленью 250	250		119,420	1,857	7,074	12,081
Обед (1н5д)	196	2 блюдо	Котлеты рубленые бройлеров-цыплят с соусом 90	90		154,319	12,582	6,018	12,456
Обед (1н5д)	53	Гарнир	Макароны отварные 180	180		236,975	7,971	2,543	45,550
Обед (1н5д)	252	Закуска	Салат "Зимний" 100	100		90,856	1,698	5,149	9,430
Обед (1н5д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (1н5д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С.А. Петский



Директор _____

Меню №МПОБ-002795
на 2 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА СВО 1 неделя 5 день (пятница)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н5д)									
Завтрак (1н5д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (1н5д)	40	Каша	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром	150		238,253	5,002	5,838	40,177
Завтрак (1н5д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Обед (1н5д)									
Обед (1н5д)	2	1 блюдо	Борщ со сметаной и зеленью 200	200		111,312	1,546	7,048	10,423
Обед (1н5д)	196	2 блюдо	Котлеты рубленые бройлеров-цыплят с соусом 90	90		154,319	12,582	6,018	12,456
Обед (1н5д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (1н5д)	58	Напиток	Напиток из яблок 200	200		95,971	0,081	0,039	23,824
Обед (1н5д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002795
на 2 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Ст. школа завтрак с допл 1 неделя 5 день (пятница)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1нбд)									
Завтрак (1нбд)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (1нбд)	196	2 блюдо	Котлеты рубленые бройлеров-цыплят с соусом 90	90		154,319	12,582	6,018	12,456
Завтрак (1нбд)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Завтрак (1нбд)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
Завтрак (1нбд)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (1нбд)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С.А. Лещев



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002795
на 2 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 1 неделя 5 день (пятница)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н5д)									
Завтрак (1н5д)	10	Бутерброд	Бутерброд с маслом	20/5		90,682	1,863	4,296	11,143
Завтрак (1н5д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С.А. Петрищев



Директор

Цена	Калори- ность	Белки	Жиры
	85,050	3,320	2
	256,303	10,325	

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н4д)									
Завтрак (1н4д)	9	Бутерброд	Бутерброд с колбасой в/к	20/15		85,050	3,320	2,490	12,340
Завтрак (1н4д)	64	Каша	Каша пшенная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (1н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,996	0	0	11,998
Завтрак (1н4д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (1н4д)									
Обед (1н4д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Обед (1н4д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Обед (1н4д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Обед (1н4д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (1н4д)	98	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250		135,143	2,882	6,195	16,966
Обед (1н4д)	151	2 блюдо	Рыба запеченная с овощами 100	100		113,294	14,062	4,777	3,513
Обед (1н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Полдник (1н4д)									
Полдник (1н4д)	67	Напиток	Кисель плодово-ягодный	200		19,766	0,055	0,522	3,712
Полдник (1н4д)	96	Сладкое	Пряник 30	30		77,199	2,142	1,071	14,748

С. А. Летяев



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002796
на 3 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека завтрак 1 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории ккал	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак (1н4д)									
Завтрак (1н4д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Завтрак (1н4д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Завтрак (1н4д)	151	2 блюдо	Рыба запеченная с овощами 100	100		113,294	14,062	4,777	3,513
Завтрак (1н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (1н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,996

Директор

С.А. Лепский



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002796
на 3 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Начальная школа завтрак 1 неделя 4 день (четверг)

Прим пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак (1н4д)									
Завтрак (1н4д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Завтрак (1н4д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Завтрак (1н4д)	151	2 блюдо	Рыба запеченная с овощами 100	100		113,294	14,062	4,777	3,513
Завтрак (1н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (1н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С. Я. Липский



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-002796
на 3 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Начальная школа обед 1 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (1н4д)									
Обед (1н4д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Обед (1н4д)	82	Сладкое	Печенье 30	30		145,171	2,861	4,883	22,445
Обед (1н4д)	98	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250		135,143	2,882	6,195	16,966
Обед (1н4д)	151	2 блюдо	Рыба запеченная с овощами 100	100		113,294	14,062	4,777	3,513
Обед (1н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (1н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370



С. А. Лещев

Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002796
на 3 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОВЗ младшие 1 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории кбт	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н4д)									
Завтрак (1н4д)	9	Бутерброд	Бутерброд с колбасой в/к	20/15		85,050	3,320	2,490	12,340
Завтрак (1н4д)	64	Каша	Каша пшеничная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (1н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (1н4д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (1н4д)									
Обед (1н4д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Обед (1н4д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Обед (1н4д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Обед (1н4д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (1н4д)	98	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250		135,143	2,882	6,195	16,966
Обед (1н4д)	151	2 блюдо	Рыба запеченная с овощами 100	100		113,294	14,062	4,777	3,513
Обед (1н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688



С. А. Летнев

Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-002796
на 3 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОВЗ старшие 1 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н4д)									
Завтрак (1н4д)	9	Бутерброд	Бутерброд с колбасой в/к	20/15		85,050	3,320	2,490	12,340
Завтрак (1н4д)	64	Каша	Каша пшеничная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (1н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (1н4д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (1н4д)									
Обед (1н4д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Обед (1н4д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Обед (1н4д)	26	Гарнир	Картофельное пюре 180	180		158,068	4,590	7,183	18,765
Обед (1н4д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (1н4д)	98	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250		135,143	2,882	6,195	16,966
Обед (1н4д)	151	2 блюдо	Рыба запеченная с овощами 100	100		113,294	14,062	4,777	3,513
Обед (1н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор



С.А. Петков

Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002796
на 3 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА СВО 1 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н4д)									
Завтрак (1н4д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (1н4д)	63	Каша	Каша пшениная с маслом и сахаром	150		261,380	8,685	6,835	41,281
Завтрак (1н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Обед (1н4д)									
Обед (1н4д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Обед (1н4д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Обед (1н4д)	98	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250		135,143	2,882	6,195	16,966
Обед (1н4д)	151	2 блюдо	Рыба запеченная с овощами 100	100		113,294	14,062	4,777	3,513
Обед (1н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (1н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С.А. Ложнев



Утверждаю

Директор



Меню №МПОБ-002796
на 3 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Ст школа завтрак с допл 1 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н4д)									
Завтрак (1н4д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Завтрак (1н4д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Завтрак (1н4д)	82	Сладкое	Печенье 30	30		145,171	2,861	4,883	22,445
Завтрак (1н4д)	151	2 блюдо	Рыба запеченная с овощами 100	100		113,294	14,062	4,777	3,513
Завтрак (1н4д)	138	Хлеб чёрный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (1н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С. А. Летский



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002796
на 3 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 1 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1н4д)									
Завтрак (1н4д)	9	Бутерброд	Бутерброд с колбасой в/к	20/15		85,050	3,320	2,490	12,340
Завтрак (1н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С.А. Лещнев



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002797
на 6 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ГПД 2 неделя 1 день (понедельник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н1д)									
Завтрак (2н1д)	237	Бутерброд	Бутерброд с джемом	35		93,000	1,820	0,240	20,890
Завтрак (2н1д)	32	Каша	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200		232,572	6,244	7,713	34,545
Завтрак (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370
Завтрак (2н1д)	175	Фрукт	Яблоки 140	140		74,606	0,378	0,182	17,864
Обед (2н1д)									
Обед (2н1д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Обед (2н1д)	28	Гарнир	Каша гречневая 150	150		192,805	5,647	2,923	35,977
Обед (2н1д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н1д)	250	Закуска	Салат с морской капустой	60		99,436	0,980	8,137	5,571
Обед (2н1д)	129	1 блюдо	Суп с макаронными изделиями 250	250		157,139	4,136	5,401	22,997
Обед (2н1д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н1д)	141	2 блюдо	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110		124,082	15,430	5,300	3,666
Полдник (2н1д)									
Полдник (2н1д)	13	Сладкое	Вафли 24	24		61,759	1,714	0,857	11,798
Полдник (2н1д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998



С.А. Летнев

Утверждаю

Директор



Меню №МПОБ-002797
на 6 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека завтрак 2 неделя 1 день (понедельник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н1д)									
Завтрак (2н1д)	28	Гарнир	Каша гречневая 150	150		192,805	5,647	2,923	35,977
Завтрак (2н1д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н1д)	141	2 блюдо	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110		124,082	15,430	5,300	3,666
Завтрак (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370
Завтрак (2н1д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760

Директор *С.А. Лещев*



Директор _____

Утверждаю

Меню №МПОБ-002797
на 6 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Начальная школа завтрак 2 неделя 1 день (понедельник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н1д)									
Завтрак (2н1д)	28	Гарнир	Каша гречневая 150	150		192,805	5,647	2,923	35,977
Завтрак (2н1д)	250	Закуска	Салат с морской капустой	60		99,436	0,980	8,137	5,571
Завтрак (2н1д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н1д)	141	2 блюдо	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110		124,082	15,430	5,300	3,666
Завтрак (2н1д)	1	Сладкое	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998



С.А. Липецк

Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002797
на 6 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Начальная школа обед 2 неделя 1 день (понедельник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори- ность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (2н1д)									
Обед (2н1д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Обед (2н1д)	28	Гарнир	Каша гречневая 150	150		192,805	5,647	2,923	35,977
Обед (2н1д)	129	1 блюдо	Суп с макаронными изделиями 250	250		157,139	4,136	5,401	22,997
Обед (2н1д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н1д)	141	2 блюдо	Цыпленка тушеные в соусе с овощами 60/50	110		124,082	15,430	5,300	3,666
Обед (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор



С.А. Лещнев

Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002797
на 6 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОВЗ младшие 2 неделя 1 день (понедельник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н1д)									
Завтрак (2н1д)	237	Бутерброд	Бутерброд с джемом	35		93,000	1,820	0,240	20,890
Завтрак (2н1д)	32	Каша	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200		232,572	6,244	7,713	34,545
Завтрак (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370
Завтрак (2н1д)	175	Фрукт	Яблоки 140	140		74,606	0,378	0,182	17,864
Обед (2н1д)									
Обед (2н1д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Обед (2н1д)	28	Гарнир	Каша гречневая 150	150		192,805	5,647	2,923	35,977
Обед (2н1д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н1д)	250	Закуска	Салат с морской капустой	60		99,436	0,980	8,137	5,571
Обед (2н1д)	129	1 блюдо	Суп с макаронными изделиями 250	250		157,139	4,136	5,401	22,997
Обед (2н1д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н1д)	141	2 блюдо	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110		124,082	15,430	5,300	3,666

С. А. Летнев



Директор _____

Меню №МПОБ-002797
на 6 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОВЗ старшие 2 неделя 1 день (понедельник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н1д)									
Завтрак (2н1д)	237	бутерброд	Бутерброд с джемом	35		93,600	1,820	0,240	20,890
Завтрак (2н1д)	32	Каша	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200		232,572	6,240	7,713	34,545
Завтрак (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370
Завтрак (2н1д)	175	Фрукт	Яблоки 140	140		74,606	0,378	0,182	17,864
Обед (2н1д)									
Обед (2н1д)	29	Гарнир	Каша гречневая 180	180		211,275	6,008	3,815	38,226
Обед (2н1д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н1д)	250	Соус	Салат с морской капустой	60		99,436	0,980	8,137	5,571
Обед (2н1д)	129	1 блюдо	Суп с макаронными изделиями 250	250		157,139	4,136	5,401	22,997
Обед (2н1д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н1д)	141	2 блюдо	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110		124,082	15,430	5,300	3,666

Директор _____



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002797
на 6 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА СВО 2 неделя 1 день (понедельник)

Примечание	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н1д)									
Завтрак (2н1д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (2н1д)	34	Каша	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром	150/5/10		195,807	4,726	6,817	28,888
Завтрак (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370
Обед (2н1д)									
Обед (2н1д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Обед (2н1д)	29	Гарнир	Каша гречневая 180	180		211,275	6,008	3,815	38,226
Обед (2н1д)	129	1 блюдо	Суп с макаронными изделиями 250	250		157,139	4,136	5,401	22,997
Обед (2н1д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н1д)	141	2 блюдо	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110		124,082	15,430	5,300	3,666
Обед (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370



С. А. Лещев

Утверждаю

Директор



Меню №МПОБ-002797
на 6 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Ст школа завтрак с допл 2 неделя 1 день (понедельник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н1д)									
Завтрак (2н1д)	28	Гарнир	Каша гречневая 150	150		192,805	5,647	2,923	35,977
Завтрак (2н1д)	250	Закуска	Салат с морской капустой	60		99,436	0,980	8,137	5,571
Завтрак (2н1д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н1д)	141	2 блюдо	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110		124,082	15,430	5,300	3,666
Завтрак (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор

С. А. Лещенко



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002797
на 6 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 2 неделя 1 день (понедельник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории- ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н1д)									
Завтрак (2н1д)	237	бутерброд	Бутерброд с джемом	35		83,000	1,820	0,240	20,890
Завтрак (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор

С. А. Лещнев



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002798
на 7 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ГПД 2 неделя 2 день (вторник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н2д)									
Завтрак (2н2д)	10	бутерброд	Бутерброд с маслом	20/5		90 682	1,863	4,296	11,143
Завтрак (2н2д)	37	Каша	Каша молочная манная с маслом и сахаром 180	180		254 941	8,840	7,498	38,025
Завтрак (2н2д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47 990	0	0	11,998
Завтрак (2н2д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (2н2д)									
Обед (2н2д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Обед (2н2д)	214	2 блюдо	Гуляш 50/50	50/50		237 600	22,500	12,800	8,100
Обед (2н2д)	58	Напиток	Напиток из яблок 200	200		95,971	0,081	0,039	23,824
Обед (2н2д)	100	Гарнир	Рис отварной 150	150		198 888	3,725	1,965	41,575
Обед (2н2д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроуэвентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н2д)	145	1 блюдо	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью 250	250		139,463	2,421	7,187	16,274
Полдник (2н2д)									
Полдник (2н2д)	82	Сладкое	Печенье 30	30		145,171	2,861	4,883	22,445
Полдник (2н2д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

Д. С. А. Липецк



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-002798
на 7 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека завтрак 2 неделя 2 день (вторник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н2д)									
Завтрак (2н2д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Завтрак (2н2д)	214	2 блюдо	Гуляш 50/50	50/50		237,600	22,500	12,800	8,100
Завтрак (2н2д)	100	Гарнир	Рис отварной 150	150		198,888	3,725	1,965	41,575
Завтрак (2н2д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н2д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С. А. Лещенко



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002798
на 7 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Начальная школа завтрак 2 неделя 2 день (вторник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н2д)									
Завтрак (2н2д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Завтрак (2н2д)	214	2 блюдо	Гуляш 50/50	50/50		237,600	22,500	12,800	8,100
Завтрак (2н2д)	100	Гарнир	Рис отварной 150	150		198,888	3,725	1,965	41,575
Завтрак (2н2д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н2д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С.А. Лещев



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-002798
на 7 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Начальная школа обед 2 неделя 2 день (вторник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (2н2д)									
Обед (2н2д)	214	2 блюдо	Гуляш 50/50	50/50		237,600	22,500	12,800	8,100
Обед (2н2д)	100	Гарнир	Рис отварной 150	150		198,688	3,725	1,965	41,575
Обед (2н2д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н2д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Обед (2н2д)	145	1 блюдо	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью 250	250		139,463	2,421	7,187	16,274

Директор



С.А. Лепснев

Утверждаю

Директор



Меню №МПОБ-002798
на 7 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОВЗ младшие 2 неделя 2 день (вторник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н2д)									
Завтрак (2н2д)	10	Бутерброд	Бутерброд с маслом	20/5		90,682	1,863	4,296	11,143
Завтрак (2н2д)	37	Каша	Каша молочная манная с маслом и сахаром 180	180		254,941	8,840	7,498	38,025
Завтрак (2н2д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (2н2д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (2н2д)									
Обед (2н2д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097	5,246
Обед (2н2д)	214	2 блюдо	Гуляш 50/50	50/50		237,600	22,500	12,800	8,100
Обед (2н2д)	58	Напиток	Напиток из яблок 200	200		95,971	0,081	0,039	23,824
Обед (2н2д)	100	Гарнир	Рис отварной 150	150		198,888	3,725	1,965	41,575
Обед (2н2д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н2д)	145	1 блюдо	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью 250	250		139,463	2,421	7,187	16,274

Директор *С.А. Лещев*





Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002798
на 7 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОБЗ старшие 2 неделя 2 день (вторник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н2д)									
Завтрак (2н2д)	10	Бутерброд	Бутерброд с маслом	20/5		90,682	1,863	4,296	11,143
Завтрак (2н2д)	37	Каша	Каша молочная манная с маслом и сахаром 180	180		254,941	8,840	7,498	38,025
Завтрак (2н2д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (2н2д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (2н2д)									
Обед (2н2д)	235	Закуска	Винегрет 100	100		121,361	2,027	8,188	9,890
Обед (2н2д)	214	2 блюдо	Гуляш 50/50	50/50		237,600	22,500	12,800	8,100
Обед (2н2д)	58	Напиток	Напиток из яблок 200	200		95,971	0,081	0,039	23,824
Обед (2н2д)	101	Гарнир	Рис отварной 180	180		281,874	4,560	6,905	50,373
Обед (2н2д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н2д)	145	1 блюдо	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью 250	250		139,463	2,421	7,187	16,274

Директор *С.А. Лещев*



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-002798
на 7 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА СВО 2 неделя 2 день (вторник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н2д)									
Завтрак (2н2д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (2н2д)	36	Каша	Каша молочная манная с маслом и сахаром	150		212,758	6,589	6,475	32,032
Завтрак (2н2д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Обед (2н2д)									
Обед (2н2д)	214	2 блюдо	Гуляш 50/50	50/50		237,600	22,500	12,800	8,100
Обед (2н2д)	58	Напиток	Напиток из яблок 200	200		95,971	0,081	0,039	23,824
Обед (2н2д)	100	Гарнир	Рис отварной 150	150		198,888	3,725	1,965	41,575
Обед (2н2д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н2д)	145	1 блюдо	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью 250	250		139,463	2,421	7,187	16,274

Директор

С.А. Петкин



Директор _____

Утверждаю

Меню №МПОБ-002798
на 7 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Ст. школа завтрак с допл 2 неделя 2 день (вторник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н2д)								
Завтрак (2н2д)	178	Закуска	Винегрет 60	60		115,733	0,969	10,097
Завтрак (2н2д)	214	2 блюдо	Гуляш 50/50	50/50		237,600	22,500	12,800
Завтрак (2н2д)	100	Гарнир	Рис отварной 150	150		198,888	3,725	1,965
Завтрак (2н2д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495
Завтрак (2н2д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0
Завтрак (2н2д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130

Директор

С.А. Лещнев



Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-002798
на 7 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 2 неделя 2 день (вторник)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н2д)									
Завтрак (2н2д)	10	Бутерброд	Бутерброд с маслом	20/5		90,682	1,668	4,296	11,143
Завтрак (2н2д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор _____

С.А. Летнев



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002799
на 8 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ГПД 2 неделя 3 день (среда)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак (2нЗд)								
Завтрак (2нЗд)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216
Завтрак (2нЗд)	64	Каша	Каша пшеничная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383
Завтрак (2нЗд)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0
Завтрак (2нЗд)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130
Обед (2нЗд)								
Обед (2нЗд)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241
Обед (2нЗд)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0
Обед (2нЗд)	98	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250		135,143	2,882	6,195
Обед (2нЗд)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088
Обед (2нЗд)	153	2 блюдо	Тфтели из свинины с томатным соусом 60/30	90		198,522	5,761	15,328
Обед (2нЗд)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495
Полдник (2нЗд)								
Полдник (2нЗд)	5	выпечка	Булочка домашняя 50	50		248,544	7,422	8,636
Полдник (2нЗд)	67	Напиток	Кисель плодово-ягодный	200		19,766	0,055	0,522

Директор

С.А. Летнев



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002799
на 8 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека завтрак 2 неделя 3 день (среда)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2нЗд)									
Завтрак (2нЗд)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Завтрак (2нЗд)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
Завтрак (2нЗд)	153	2 блюдо	Тефтели из свинины с томатным соусом 60/30	90		198,522	5,761	15,328	9,383
Завтрак (2нЗд)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2нЗд)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С. А. Лепнев



Утверждаю

Директор



Меню №МПОБ-002799
на 8 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Начальная школа завтрак 2 неделя 3 день (среда)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н3д)									
Завтрак (2н3д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Завтрак (2н3д)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
Завтрак (2н3д)	153	2 блюдо	Тефтели из свинины с томатным соусом 60/30	90		198,522	5,761	15,328	9,383
Завтрак (2н3д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор *С. А. Лещев*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002799
на 8 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Начальная школа обед 2 неделя 3 день (среда)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (2н3д)									
Обед (2н3д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Обед (2н3д)	215	Сладкое	пряники 40 гр	40		102,932	2,856	1,428	19,664
Обед (2н3д)	98	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250		135,143	2,882	6,195	16,966
Обед (2н3д)	153	2 блюдо	Тефтели из свинины с томатным соусом 60/30	90		198,522	5,761	15,328	9,383
Обед (2н3д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор *С.А. Котков*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002799
на 8 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОВЗ младшие 2 неделя 3 день (среда)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2нЗд)									
Завтрак (2нЗд)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (2нЗд)	64	Каша	Каша пшеничная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (2нЗд)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (2нЗд)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (2нЗд)									
Обед (2нЗд)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Обед (2нЗд)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2нЗд)	98	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250		135,143	2,882	6,195	16,966
Обед (2нЗд)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,682	0,936	4,088	5,040
Обед (2нЗд)	153	2 блюдо	Тефтели из свинины с томатным соусом 80/30	90		198,522	5,761	15,328	9,383
Обед (2нЗд)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688



С.А. Леснев

Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-002799
на 8 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОБЗ старшие 2 неделя 3 день (среда)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2нЗд)									
Завтрак (2нЗд)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (2нЗд)	64	Каша	Каша пшеничная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (2нЗд)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (2нЗд)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (2нЗд)									
Обед (2нЗд)	26	Гарнир	Картофельное пюре 180	180		158,068	4,590	7,183	18,765
Обед (2нЗд)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2нЗд)	98	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250		135,143	2,882	6,195	16,966
Обед (2нЗд)	252	Закуска	Салат "Зимний" 100	100		90,856	1,698	5,149	9,430
Обед (2нЗд)	153	2 блюдо	Тефтели из свинины с томатным соусом 60/30	90		198,522	5,761	15,328	9,383
Обед (2нЗд)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор



С. А. Летчик

Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002799
на 8 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА СВО 2 неделя 3 день (среда)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н3д)									
Завтрак (2н3д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (2н3д)	63	Каша	Каша пшенная с маслом и сахаром	150		261,380	8,685	6,835	41,281
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Обед (2н3д)									
Обед (2н3д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Обед (2н3д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н3д)	98	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250		135,143	2,882	6,195	16,966
Обед (2н3д)	153	2 блюдо	Тефтели из свинины с томатным соусом 60/30	90		198,522	5,761	15,328	9,383
Обед (2н3д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор

С.А. Лексик



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-002799
на 8 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Ст школа завтрак с допл 2 неделя 3 день (среда)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н3д)									
Завтрак (2н3д)	24	Гарнир	Картофельное пюре 150	150		140,406	4,075	6,241	16,983
Завтрак (2н3д)	215	Сладкое	пряники 40 гр	40		102,932	2,856	1,428	19,664
Завтрак (2н3д)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
Завтрак (2н3д)	153	2 блюдо	Тефтели из свинины с томатным соусом 60/30	90		198,522	5,761	15,328	9,383
Завтрак (2н3д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С.А. Лекснев



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-002799
на 8 мая 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. Липецка Экспресс-Завтрак 2 неделя 3 день (среда)

Прим. пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2нЗд)									
Завтрак (2нЗд)	215	Сладкое	пряники 40 гр	40		102,932	2,856	1,428	19,664
Завтрак (2нЗд)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор

С.А. Лекснев

