Утверждаю

Директор_____

Меню №МПОБ-003280
на 20 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 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
Полдник (2н1д)									
Полдник (2н1д)	12	Сладкое	Вафли 24	24		61,759	1,714	0,857	11,798
Полдник (2н1д)	142	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор С.А. Лежнев

Утверждаю

Директор_____/_____

Меню №МПОБ-003280
на 20 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 микронуентами	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. Лепсеев

Утверждаю

Директор_____

Меню №МПОБ-003280
на 20 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 микронуентами	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

Директор _____ С. А. Лемешев

Утверждаю

Директор_____

Меню №МПОБ-003280
на 20 мая 2024 г.

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

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-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 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
Обед (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор _____ С. А. Лежнев

Утверждаю

Директор_____

Меню №МПОБ-003280
на 20 мая 2024 г.

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

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	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

Директор _____ / С. А. Лежнев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003280
на 20 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		93,000	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)	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 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

Директор _____ / С. А. Лежнев

Утверждаю

Директор_____

Меню №МПОБ-003280
на 20 мая 2024 г.

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

Прием пищи	№ 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 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
Обед (2н1д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор С.А. Лекснев

Утверждаю

Директор_____/_____

Меню №МПОБ-003280
на 20 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 микронуентами	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. Лежнев

Утверждаю

Директор_____/_____

Меню №МПОБ-003280
на 20 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 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)	942	напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор_____/С.А. Лексиев

Утверждаю

Директор _____ / _____

Меню №МПОБ-003281
на 21 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 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
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

Директор _____ / С.А. Лемяев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003281
на 21 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 микронуентами	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. Лексеев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003281
на 21 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 микронуентами	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. Лемешев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003281
на 21 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		198,888	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)	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. Лексеев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003281
на 21 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. Алексеев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003281
на 21 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА ОВЗ 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 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. Алексеев

Утверждаю

Директор_____

Меню №МПОБ-003281
на 21 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 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. Алексеев

Утверждаю

Директор________________

Меню №МПОБ-003281
на 21 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	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 микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
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

Директор ________________ , С. А. Лекнев

Утверждаю

Директор_____/_____

Меню №МПОБ-003281
на 21 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	1,863	4,296	11,143
Завтрак (2н2д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор _____/С. А. Лежнев

Утверждаю

Директор _____ /_____

Меню №МПОБ-003282
на 22 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА ГПД 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)	64	Каша	Каша пшенная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (2н3д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
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)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
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 микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Полдник (2н3д)									
Полдник (2н3д)	5	выпечка	Булочка домашняя 50	50		248,544	7,422	8,636	35,284
Полдник (2н3д)	67	Напиток	Кисель плодово-ягодный	200		19,766	0,055	0,522	3,712

Директор _____ С.А. Летнев

Утверждаю

Директор_____/_____

Меню №МПОБ-003282
на 22 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 (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 микронуентами	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. Алексеев

Утверждаю

Директор _____ /_____

Меню №МПОБ-003282
на 22 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 микронуентами	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. Алексеев

Утверждаю

Директор_____/_____

Меню №МПОБ-003282
на 22 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 микронуентами	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. Лепсиев

Утверждаю

Директор _____ /

Меню №МПОБ-003282
на 22 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 (2н3д)									
Завтрак (2н3д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (2н3д)	64	Каша	Каша пшенная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (2н3д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
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)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
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 микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ / С.А. Лемнев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003282
на 22 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА ОВЗ старшие 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)	64	Каша	Каша пшенная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (2н3д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (2н3д)									
Обед (2н3д)	26	Гарнир	Картофельное пюре 180	180		158,068	4,590	7,183	18,765
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)	252	Закуска	Салат "Зимний"100	100		90,856	1,698	5,149	9,430
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 микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ / С. А. Алексеев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003282
на 22 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 микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ С.А. Лекснев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003282
на 22 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 микронуентами	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. Лепнев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003282
на 22 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 2 неделя 3 день (среда)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н3д)									
Завтрак (2н3д)	215	Сладкое	пряники 40 гр	40		102,932	2,856	1,428	19,664
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор _____ / С.А. Лесков /

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003283
на 23 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА ГПД 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	9	бутерброд	Бутерброд с колбасой в/к	20/15		85,050	3,320	2,490	12,340
Завтрак (2н4д)	32	Каша	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200		232,572	6,244	7,713	34,545
Завтрак (2н4д)	216	Каша	Омлет натуральный с маслом 75	75		108,242	6,941	8,376	1,274
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Котлеты натуральные из филе птицы с соусом	90		200,472	13,719	11,447	10,643
Обед (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (2н4д)	226	Закуска	Салат из свеклы с зел горошком 60	60		76,869	1,213	5,124	6,476
Обед (2н4д)	204	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 250	250		177,726	7,308	6,071	23,464
Обед (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Полдник (2н4д)									
Полдник (2н4д)	96	Сладкое	Пряник 30	30		77,199	2,142	1,071	14,748
Полдник (2н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор _____ С.А. Алексеев

Утверждаю

Директор _____ /_____

Меню №МПОБ-003283
на 23 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека завтрак 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	148	2 блюдо	Котлеты натуральные из филе птицы с соусом	90		200,472	13,719	11,447	10,643
Завтрак (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Завтрак (2н4д)	226	Закуска	Салат из свеклы с зел горошком 60	60		76,869	1,213	5,124	6,476
Завтрак (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор _____ С. А. Лемешев

Утверждаю

Директор ____________________ / ____________________

Меню №МПОБ-003283
на 23 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Начальная школа завтрак 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	148	2 блюдо	Котлеты натуральные из филе птицы с соусом	90		200,472	13,719	11,447	10,643
Завтрак (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Завтрак (2н4д)	226	Закуска	Салат из свеклы с зел горошком 60	60		76,869	1,213	5,124	6,476
Завтрак (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор ____________________ / С.А. Лежнев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003283
на 23 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Начальная школа обед 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Котлеты натуральные из филе птицы с соусом	90		200,472	13,719	11,447	10,643
Обед (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (2н4д)	204	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 250	250		177,726	7,308	6,071	23,464
Обед (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор _____ С.А. Алексеев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003283
на 23 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА ОВЗ младшие 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	9	бутерброд	Бутерброд с колбасой в/к	20/15		85,050	3,320	2,490	12,340
Завтрак (2н4д)	32	Каша	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200		232,572	6,244	7,713	34,545
Завтрак (2н4д)	216	Омлет	Омлет натуральный с маслом 75	75		108,242	6,941	8,376	1,274
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Котлеты натуральные из филе птицы с соусом	90		200,472	13,719	11,447	10,643
Обед (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (2н4д)	226	Закуска	Салат из свеклы с зел горошком 60	60		76,869	1,213	5,124	6,476
Обед (2н4д)	204	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 250	250		177,726	7,308	6,071	23,464
Обед (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ С.А. Летнев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003283
на 23 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА ОВЗ старшие 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	9	бутерброд	Бутерброд с колбасой в/к	20/15		85,050	3,320	2,490	12,340
Завтрак (2н4д)	32	Каша	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200		232,572	6,244	7,713	34,545
Завтрак (2н4д)	216	Омлет	Омлет натуральный с маслом 75	75		108,242	6,941	8,376	1,274
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Котлеты натуральные из филе птицы с соусом	90		200,472	13,719	11,447	10,643
Обед (2н4д)	53	Гарнир	Макароны отварные 180	180		236,975	7,971	2,543	45,550
Обед (2н4д)	226	Закуска	Салат из свеклы с зел горошком 60	60		76,869	1,213	5,124	6,476
Обед (2н4д)	204	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 250	250		177,726	7,308	6,071	23,464
Обед (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ С.А. Лежнев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003283
на 23 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА СВО 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (2н4д)	216	Каша	Омлет натуральный с маслом 75	75		108,242	6,941	8,376	1,274
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Котлеты натуральные из филе птицы с соусом	90		200,472	13,719	11,447	10,643
Обед (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (2н4д)	204	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 250	250		177,726	7,308	6,071	23,464
Обед (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ / С.А. Алексеев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003283
на 23 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Ст школа завтрак с допл 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	148	2 блюдо	Котлеты натуральные из филе птицы с соусом	90		200,472	13,719	11,447	10,643
Завтрак (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Завтрак (2н4д)	226	Закуска	Салат из свеклы с зел горошком 60	60		76,869	1,213	5,124	6,476
Завтрак (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	200		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор _____ С.А. Лежнев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003283
на 23 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 2 неделя 4 день (четверг)

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

Директор _____ С.А. Лесняк

Утверждаю

Директор _____ /_____

Меню №МПОБ-003284
на 24 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА ГПД 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)	64	Каша	Каша пшенная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (2н3д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
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)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
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 микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688
Полдник (2н3д)									
Полдник (2н3д)	5	выпечка	Булочка домашняя 50	50		248,544	7,422	8,636	35,284
Полдник (2н3д)	67	Напиток	Кисель плодово-ягодный	200		19,766	0,055	0,522	3,712

Директор _____ / С.А. Летнев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003284
на 24 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 (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 микронуентами	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. Лемешев

Утверждаю

Директор _____ /_____

Меню №МПОБ-003284
на 24 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 микронуентами	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. Лепсиев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003284
на 24 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 микронуентами	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. Лежнев /

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003284
на 24 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 (2н3д)									
Завтрак (2н3д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (2н3д)	64	Каша	Каша пшенная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (2н3д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
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)	251	Закуска	Салат "Зимний"	60		60,692	0,936	4,088	5,040
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 микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ С.А. Лепсеев

Утверждаю

Директор _____ / _____

Меню №МПОБ-003284
на 24 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА ОВЗ старшие 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)	64	Каша	Каша пшенная с маслом и сахаром 180	180		296,303	10,336	7,383	47,129
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998
Завтрак (2н3д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760
Обед (2н3д)									
Обед (2н3д)	26	Гарнир	Картофельное пюре 180	180		158,068	4,590	7,183	18,765
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)	252	Закуска	Салат "Зимний"100	100		90,856	1,698	5,149	9,430
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 микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ / _____

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003284
на 24 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 микронуентами	33		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ С.А. Алексеев

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003284
на 24 мая 2024 г.

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 2 неделя 3 день (среда)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н3д)									
Завтрак (2н3д)	215	Сладкое	пряники 40 гр	40		102,932	2,856	1,428	19,664
Завтрак (2н3д)	1	Напиток	Чай с сахаром	200		47,990	0	0	11,998

Директор _____ С.А. Лепская