

Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001251  
на 26 февраля 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)    | 164       | Закуска     | Салат из моркови с яблоком 60                     | 60       |      | 39,001       | 0,440  | 0,129 | 9,022    |
| 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   |

Директор



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001251  
на 26 февраля 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     | Цыпленок тушеный 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. Метнев*

Директор \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Меню №МПОБ-001251  
на 26 февраля 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) | 164       | Закуска     | Салат из моркови с яблоком 60                    | 60       |      | 39,001       | 0,440  | 0,129 | 9,022    |
| 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   |

Директор \_\_\_\_\_

*С.А. Лещенко*



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001251  
на 26 февраля 2024 г.



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

| Прием пищи  | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                            | Выход, г | Цена | Калорийность | 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 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   |

Директор

*С.А. Лещнев*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001251  
на 26 февраля 2024 г.



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

| Прием пищи            | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                             | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|-----------------------|-----------|-------------|---------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|-------|----------|
| <b>Завтрак (2н1д)</b> |           |             |                                                   |          |      |              |        |       |          |
| 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   |
| <b>Обед (2н1д)</b>    |           |             |                                                   |          |      |              |        |       |          |
| 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)           | 164       | Закуска     | Салат из моркови с яблоком 60                     | 60       |      | 39,001       | 0,440  | 0,129 | 9,022    |
| 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-001251  
на 26 февраля 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 |
|-----------------------|-----------|-------------|---------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|-------|----------|
| <b>Завтрак (2н1д)</b> |           |             |                                                   |          |      |              |        |       |          |
| 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   |
| <b>Обед (2н1д)</b>    |           |             |                                                   |          |      |              |        |       |          |
| 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)           | 164       | Соус        | Салат из моркови с яблоком 60                     | 60       |      | 39,001       | 0,440  | 0,129 | 9,022    |
| 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    |

Директор



Директор



Утверждаю

Меню №МПОБ-001251  
на 26 февраля 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 |
|-----------------------|-----------|-------------|-------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|-------|----------|
| <b>Завтрак (2н1д)</b> |           |             |                                                 |          |      |              |        |       |          |
| 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   |
| <b>Обед (2н1д)</b>    |           |             |                                                 |          |      |              |        |       |          |
| 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 микронутентами | 33       |      | 90,291       | 3,521  | 1,495 | 15,688   |
| Обед (2н1д)           | 141       | 2 блюдо     | Цыпленок тушеный 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. Лещенко*

Директор \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Меню №МПОБ-001251  
на 26 февраля 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) | 164       | Закуска     | Салат из моркови с яблоком 60                   | 60       |      | 39,001       | 0,440  | 0,129 | 9,022    |
| Завтрак (2н1д) | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами | 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. Терехов*



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001251  
на 26 февраля 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) | 142       | Напиток   | Чай с лимоном и сахаром | 200      |      | 61,763       | 0,044 | 0,012 | 15,370   |

Директор



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001252  
на 27 февраля 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 |
|-----------------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| <b>Завтрак (2н2д)</b> |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| 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   |
| <b>Обед (2н2д)</b>    |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| 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 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   |
| <b>Полдник (2н2д)</b> |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| 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. Летяев*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001252  
на 27 февраля 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



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001252  
на 27 февраля 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



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

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



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001252  
на 27 февраля 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 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*

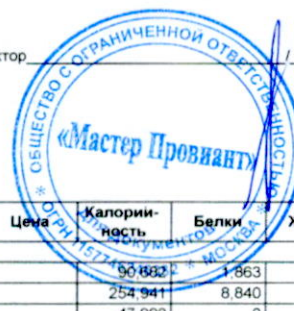
Директор \_\_\_\_\_

Меню №МПОБ-001252  
на 27 февраля 2024 г.

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

| Прием пищи            | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                            | Выход, г | Цена | Калории-<br>ность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|-----------------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|-------------------|--------|--------|----------|
| <b>Завтрак (2н2д)</b> |           |             |                                                  |          |      |                   |        |        |          |
| Завтрак (2н2д)        | 10        | бутерброд   | Бутерброд с маслом                               | 20/5     |      | 90,802            | 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   |
| <b>Обед (2н2д)</b>    |           |             |                                                  |          |      |                   |        |        |          |
| 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 \_\_\_\_\_



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001252  
на 27 февраля 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



Директор



Утверждаю

Меню №МПОБ-001252  
на 27 февраля 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 микроэлементами | 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. Летягин*

Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001252  
на 27 февраля 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. Лещин*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001253  
на 28 февраля 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 |
|-----------------------|-----------|-------------|----------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| <b>Завтрак (2нЗд)</b> |           |             |                                                    |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (2нЗд)        | 149       | Хлеб белый  | Батон нарезной с йодказеином                       | 18       |      | 48,600       | 1,638  | 0,216  | 10,026   |
| Завтрак (2нЗд)        | 64        | Каша        | Каша пшенная 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   |
| <b>Обед (2нЗд)</b>    |           |             |                                                    |          |      |              |        |        |          |
| 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)           | 223       | Закуска     | Салат из свежей капусты с зеленью 60               | 60       |      | 59,616       | 0,853  | 3,075  | 7,132    |
| 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   |
| <b>Полдник (2нЗд)</b> |           |             |                                                    |          |      |              |        |        |          |
| Полдник (2нЗд)        | 5         | выпечка     | Булочка домашняя 50                                | 50       |      | 248,544      | 7,422  | 8,636  | 35,284   |
| Полдник (2нЗд)        | 67        | Напиток     | Кисель плодово-ягодный                             | 200      |      | 19,766       | 0,055  | 0,522  | 3,712    |

Директор



Директор \_\_\_\_\_

Утверждаю

Меню №МПОБ-001253  
на 28 февраля 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) | 223       | Закуска     | Салат из свежей капусты с зеленью 60            | 60       |      | 59,616       | 0,853 | 3,075  | 7,132    |
| Завтрак (2нЗд) | 153       | 2 блюдо     | Тфтели 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 микронутентами | 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. Лещенко*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001253  
на 28 февраля 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 (2нЗд) |           |             |                                                |          |      |              |       |        |          |
| Завтрак (2нЗд) | 24        | Гарнир      | Картофельное пюре 150                          | 150      |      | 140,406      | 4,075 | 6,241  | 16,983   |
| Завтрак (2нЗд) | 223       | Закуска     | Салат из свежей капусты с зеленью 60           | 60       |      | 59,616       | 0,853 | 3,075  | 7,132    |
| 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 микронуентами | 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. Ветшев*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001253  
на 28 февраля 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. Лепнев*

Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001253  
на 28 февраля 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 |
|-----------------------|-----------|-------------|----------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| <b>Завтрак (2нЗд)</b> |           |             |                                                    |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (2нЗд)        | 149       | Хлеб белый  | Батон нарезной с йодказеином                       | 18       |      | 48,600       | 1,638  | 0,216  | 10,026   |
| Завтрак (2нЗд)        | 64        | Каша        | Каша пшенная 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   |
| <b>Обед (2нЗд)</b>    |           |             |                                                    |          |      |              |        |        |          |
| 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)           | 223       | Закуска     | Салат из свежей капусты с зеленью 60               | 60       |      | 59,616       | 0,853  | 3,075  | 7,132    |
| 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. Венский*

МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА ОВЗ старшие 2 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                              | Выход, г | Цена | Калорий-ность | 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)    | 224       | Закуска     | Салат из свежей капусты с зеленью 100              | 100      |      | 116,153       | 1,601  | 6,137  | 13,629   |
| 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 \_\_\_\_\_ *И. С. А. Лептнев*



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001253  
на 28 февраля 2024 г.

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

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                              | Выход, г | Цена | Калории, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |
|----------------|-----------|-------------|----------------------------------------------------|----------|------|---------------|----------|---------|-------------|
| Завтрак (2нЗд) |           |             |                                                    |          |      |               |          |         |             |
| Завтрак (2нЗд) | 149       | Хлеб белый  | Батон нарезной с йодказеином                       | 18       |      | 48,600        | 1,638    | 0,216   | 10,026      |
| Завтрак (2нЗд) | 63        | Каша        | Каша пшенная с маслом и сахаром                    | 150      |      | 261,380       | 8,685    | 6,835   | 41,281      |
| Завтрак (2нЗд) | 1         | Напиток     | Чай с сахаром                                      | 200      |      | 47,990        | 0        | 0       | 11,998      |
| 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)    | 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



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001253  
на 28 февраля 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 | Калори-<br>ность | Белки | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|------------------|-------|--------|----------|
| Завтрак (2нЗд) |           |             |                                                  |          |      |                  |       |        |          |
| Завтрак (2нЗд) | 24        | Гарнир      | Картофельное пюре 150                            | 150      |      | 140,406          | 4,075 | 6,241  | 16,983   |
| Завтрак (2нЗд) | 215       | Сладкое     | пряники 40 гр                                    | 40       |      | 102,932          | 2,856 | 1,428  | 19,664   |
| Завтрак (2нЗд) | 223       | Закуска     | Салат из свежей капусты с зеленью 60             | 60       |      | 59,616           | 0,853 | 3,075  | 7,132    |
| 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



Директор \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Меню №МПОБ-001253  
на 28 февраля 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 (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. Лепский*

Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001254  
на 29 февраля 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 |
|-----------------------|-----------|-------------|---------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| <b>Завтрак (2н4д)</b> |           |             |                                                   |          |      |              |        |        |          |
| 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   |
| <b>Обед (2н4д)</b>    |           |             |                                                   |          |      |              |        |        |          |
| 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 микроэлементами  | 33       |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| <b>Полдник (2н4д)</b> |           |             |                                                   |          |      |              |        |        |          |
| 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. Лещев*

Директор \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Меню №МПОБ-001254  
на 29 февраля 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека 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 микроэлементами | 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. Липецкий*

Утверждаю

Директор



Меню №МПОБ-001254  
на 29 февраля 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 микроэлементами | 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. Лещнев*



Утверждаю

Директор



Меню №МПОБ-001254  
на 29 февраля 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 микроэлементами | 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. Лещев*

Утверждаю

Директор

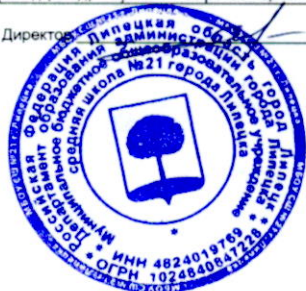
Меню №МПОБ-001254  
на 29 февраля 2024 г.



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

| Прием пищи            | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                             | Выход, г | Цена | Калории-<br>ность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|-----------------------|-----------|-------------|---------------------------------------------------|----------|------|-------------------|--------|--------|----------|
| <b>Завтрак (2н4д)</b> |           |             |                                                   |          |      |                   |        |        |          |
| 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   |
| <b>Обед (2н4д)</b>    |           |             |                                                   |          |      |                   |        |        |          |
| 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 микроэлементами  | 33       |      | 90,291            | 3,521  | 1,495  | 15,688   |

Директор





Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001254  
на 29 февраля 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОБЗ 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 микроэлементами  | 33       |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |

Директор



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001254  
на 29 февраля 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 |
|-----------------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| <b>Завтрак (2н4д)</b> |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| 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   |
| <b>Обед (2н4д)</b>    |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| 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 микроэлементами | 33       |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |

Директор



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001254  
на 29 февраля 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 | Калории-<br>ность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|-------------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (2н4д) |           |             |                                                  |          |      |                   |        |        |          |
| Завтрак (2н4д) | 148       | 2 блюдо     | Котлеты натуральные из филе птицы с соусом       | 90       |      | 206,472           | 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 микроэлементами | 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. Лемчев*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001254  
на 29 февраля 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. Лерчек*

Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001255  
на 1 марта 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ГПД 2 неделя 5 день (пятница)

| Прием пищи            | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                            | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|-----------------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| <b>Завтрак (2н5д)</b> |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (2н5д)        | 12        | бутерброд   | Бутерброд с сыром                                | 28       |      | 85,724       | 3,962  | 3,184  | 10,305   |
| Завтрак (2н5д)        | 60        | Каша        | Каша молочная рисовая с маслом и сахаром 180     | 180      |      | 266,589      | 6,063  | 6,220  | 46,589   |
| Завтрак (2н5д)        | 1         | Напиток     | Чай с сахаром                                    | 200      |      | 47,990       | 0      | 0      | 11,998   |
| Завтрак (2н5д)        | 174       | Фрукт       | Яблоки 100                                       | 100      |      | 53,290       | 0,270  | 0,130  | 12,760   |
| <b>Обед (2н5д)</b>    |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| Обед (2н5д)           | 180       | 2 блюдо     | Жаркое по домашнему 185                          | 185      |      | 349,278      | 11,864 | 27,654 | 13,233   |
| Обед (2н5д)           | 58        | Напиток     | Напиток из яблок 200                             | 200      |      | 95,971       | 0,081  | 0,039  | 23,824   |
| Обед (2н5д)           | 250       | Закуска     | Салат с морской капустой                         | 60       |      | 99,436       | 0,980  | 8,137  | 5,571    |
| Обед (2н5д)           | 233       | 1 блюдо     | Суп рисовый 250/1                                | 250      |      | 128,656      | 3,268  | 4,211  | 19,422   |
| Обед (2н5д)           | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 33       |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| <b>Полдник (2н5д)</b> |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| Полдник (2н5д)        | 67        | Напиток     | Кисель плодово-ягодный                           | 200      |      | 19,766       | 0,055  | 0,522  | 3,712    |
| Полдник (2н5д)        | 82        | Сладкое     | Печенье 30                                       | 30       |      | 145,171      | 2,861  | 4,883  | 22,445   |

Директор



*С.А. Лещенко*

Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001255  
на 1 марта 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека завтрак 2 неделя 5 день (пятница)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                            | Выход, г | Цена | Калории-<br>ность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|-------------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (2н5д) |           |             |                                                  |          |      |                   |        |        |          |
| Завтрак (2н5д) | 180       | 2 блюдо     | Жаркое по домашнему 185                          | 185      |      | 349,278           | 11,864 | 27,654 | 13,233   |
| Завтрак (2н5д) | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 33       |      | 90,291            | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Завтрак (2н5д) | 1         | Напиток     | Чай с сахаром                                    | 200      |      | 47,990            | 0      | 0      | 11,998   |

Директор



Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001255  
на 1 марта 2024 г.



МБОУ СШ № 21 Г. ЛИПЕЦКА Начальная школа завтрак 2 неделя 5 день (пятница)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                           | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|-------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (2н5д) |           |             |                                                 |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (2н5д) | 180       | 2 блюдо     | Жаркое по домашнему 185                         | 185      |      | 349,278      | 11,864 | 27,654 | 13,233   |
| Завтрак (2н5д) | 82        | Сладкое     | Печенье 30                                      | 30       |      | 145,171      | 2,861  | 4,883  | 22,445   |
| Завтрак (2н5д) | 250       | Закуска     | Салат с морской капустой                        | 60       |      | 99,436       | 0,980  | 8,137  | 5,571    |
| Завтрак (2н5д) | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами | 33       |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Завтрак (2н5д) | 1         | Напиток     | Чай с сахаром                                   | 200      |      | 47,990       | 0      | 0      | 11,998   |

Директор



*С. А. Лепкев*

Директор \_\_\_\_\_

Утверждаю

Меню №МПОБ-001255  
на 1 марта 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Начальная школа обед 2 неделя 5 день (пятница)

| Прием пищи  | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                            | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|-------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Обед (2н5д) |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| Обед (2н5д) | 180       | 2 блюдо     | Жаркое по домашнему 185                          | 185      |      | 349,278      | 11,864 | 27,654 | 13,233   |
| Обед (2н5д) | 250       | Закуска     | Салат с морской капустой                         | 60       |      | 99,436       | 0,980  | 8,137  | 5,571    |
| Обед (2н5д) | 233       | 1 блюдо     | Суп рисовый 250/1                                | 250      |      | 128,656      | 3,268  | 4,211  | 19,422   |
| Обед (2н5д) | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 33       |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Обед (2н5д) | 1         | Напиток     | Чай с сахаром                                    | 200      |      | 47,990       | 0      | 0      | 11,998   |

Директор \_\_\_\_\_





Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001255  
на 1 марта 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОВЗ младшие 2 неделя 5 день (пятница)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                            | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (2н5д) |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (2н5д) | 12        | бутерброд   | Бутерброд с сыром                                | 28       |      | 85,724       | 3,962  | 3,184  | 10,305   |
| Завтрак (2н5д) | 60        | Каша        | Каша молочная рисовая с маслом и сахаром 180     | 180      |      | 266,589      | 6,063  | 6,220  | 46,589   |
| Завтрак (2н5д) | 1         | Напиток     | Чай с сахаром                                    | 200      |      | 47,990       | 0      | 0      | 11,998   |
| Завтрак (2н5д) | 174       | Фрукт       | Яблоки 100                                       | 100      |      | 53,290       | 0,270  | 0,130  | 12,760   |
| Обед (2н5д)    |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| Обед (2н5д)    | 180       | 2 блюдо     | Жаркое по домашнему 185                          | 185      |      | 349,278      | 11,864 | 27,654 | 13,233   |
| Обед (2н5д)    | 58        | Напиток     | Напиток из яблок 200                             | 200      |      | 95,971       | 0,081  | 0,039  | 23,824   |
| Обед (2н5д)    | 250       | Закуска     | Салат с морской капустой                         | 60       |      | 99,436       | 0,980  | 8,137  | 5,571    |
| Обед (2н5д)    | 233       | 1 блюдо     | Суп рисовый 250/1                                | 250      |      | 128,656      | 3,268  | 4,211  | 19,422   |
| Обед (2н5д)    | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 33       |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |

Директор



С. А. Леснев

Директор

Утверждаю

Меню №МПОБ-001255  
на 1 марта 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА ОВЗ старшие 2 неделя 5 день (пятница)

| Прием пищи            | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                            | Выход, г | Цена | Калории-<br>ность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|-----------------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|-------------------|--------|--------|----------|
| <b>Завтрак (2н5д)</b> |           |             |                                                  |          |      |                   |        |        |          |
| Завтрак (2н5д)        | 12        | Бутерброд   | Бутерброд с сыром                                | 28       |      | 85,724            | 3,962  | 3,184  | 10,305   |
| Завтрак (2н5д)        | 61        | Каша        | Каша молочная рисовая с маслом и сахаром 200     | 200      |      | 289,826           | 6,782  | 6,471  | 51,115   |
| Завтрак (2н5д)        | 1         | Напиток     | Чай с сахаром                                    | 200      |      | 47,990            | 0      | 0      | 11,998   |
| Завтрак (2н5д)        | 174       | Фрукт       | Яблоки 100                                       | 100      |      | 53,290            | 0,270  | 0,130  | 12,760   |
| <b>Обед (2н5д)</b>    |           |             |                                                  |          |      |                   |        |        |          |
| Обед (2н5д)           | 234       | 2 блюдо     | Жаркое по домашнему 200                          | 200      |      | 433,764           | 15,118 | 33,316 | 18,363   |
| Обед (2н5д)           | 58        | Напиток     | Напиток из яблок 200                             | 200      |      | 95,971            | 0,081  | 0,039  | 23,824   |
| Обед (2н5д)           | 250       | Закуска     | Салат с морской капустой                         | 60       |      | 99,436            | 0,980  | 8,137  | 5,571    |
| Обед (2н5д)           | 233       | 1 блюдо     | Суп рисовый 250/1                                | 250      |      | 128,656           | 3,268  | 4,211  | 19,422   |
| Обед (2н5д)           | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 33       |      | 90,291            | 3,521  | 1,495  | 15,688   |

Директор



Директор

|      |                      |       |    |
|------|----------------------|-------|----|
| Цена | Калори-<br>ность 382 | Белки | Жи |
|------|----------------------|-------|----|

| Прием пищи            | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                            | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|-----------------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| <b>Завтрак (2н5д)</b> |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (2н5д)        | 149       | Хлеб белый  | Батон нарезной с йодказеином                     | 18       |      | 48,600       | 1,638  | 0,216  | 10,026   |
| Завтрак (2н5д)        | 40        | Каша        | Каша молочная рисовая с маслом и сахаром         | 150      |      | 233,253      | 5,002  | 5,838  | 40,177   |
| Завтрак (2н5д)        | 1         | Напиток     | Чай с сахаром                                    | 200      |      | 47,990       | 0      | 0      | 11,998   |
| <b>Обед (2н5д)</b>    |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| Обед (2н5д)           | 180       | 2 блюдо     | Жаркое по домашнему 185                          | 185      |      | 349,278      | 11,864 | 27,654 | 13,233   |
| Обед (2н5д)           | 58        | Напиток     | Напиток из яблок 200                             | 200      |      | 95,971       | 0,081  | 0,039  | 23,824   |
| Обед (2н5д)           | 233       | 1 блюдо     | Суп рисовый 250/1                                | 250      |      | 128,656      | 3,268  | 4,211  | 19,422   |
| Обед (2н5д)           | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 33       |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |

Директор



Директор \_\_\_\_\_

Утверждаю

Меню №МПОБ-001255  
на 1 марта 2024 г.



МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Ст школа завтрак с допл 2 неделя 5 день (пятница)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                            | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|--------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (2н5д) |           |             |                                                  |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (2н5д) | 180       | 2 блюдо     | Жаркое по домашнему 185                          | 185      |      | 349,278      | 11,864 | 27,654 | 13,233   |
| Завтрак (2н5д) | 250       | Закуска     | Салат с морской капустой                         | 60       |      | 99,436       | 0,980  | 8,137  | 5,571    |
| Завтрак (2н5д) | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 33       |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Завтрак (2н5д) | 1         | Напиток     | Чай с сахаром                                    | 200      |      | 47,990       | 0      | 0      | 11,998   |

Директор \_\_\_\_\_

*С.А. Петров*





Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-001255  
на 1 марта 2024 г.

МБОУ СШ № 21 г. ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 2 неделя 5 день (пятница)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел    | Блюдо                   | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|----------------|-----------|-----------|-------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак (2н5д) |           |           |                         |          |      |              |       |       |          |
| Завтрак (2н5д) | 12        | бутерброд | Бутерброд с сыром       | 28       |      | 85,724       | 3,962 | 3,184 | 10,305   |
| Завтрак (2н5д) | 142       | Напиток   | Чай с лимоном и сахаром | 200      |      | 61,763       | 0,044 | 0,012 | 15,370   |

Директор

*С.А. Ложкин*

