

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУООШ №21
 Имени А.И.Гераськина
 Т.А.Липаридзе
 п. Перевалка

МЕНЮ

Наименование блюд	29,02,2024					
	№ рецептуры	Выход(г)	Б	Ж	У	ккал
Завтрак 1-4						
Рыба запеченная	339	90,0	10,14	7,12	0,67	107,31
Пюре картофельное	434	150,0	2,87	5,62	19,87	141,55
Икра кабачковая	121	60,0	1,7	2,5	9,3	66,5
Чай с лимоном	501	200,0	9,4	0,8	38,8	200,0
Хлеб пшеничный	114	27,0	4,7	5,6	13,3	122,4
Хлеб ржаной йодированный	115	27,0	1,4	0,28	12,35	57,52
Цена		66,99				
Завтрак 5-9						
		Выход				
Рыба запеченная	339	100,0	10,14	7,12	0,67	107,31
Пюре картофельное	434	180,0	2,87	5,62	19,87	141,55
Икра кабачковая	121	60,0	1,7	2,5	9,3	66,5
Чай с сахаром	501	200,0	9,4	0,8	38,8	200,0
Хлеб пшеничный	114	32,0	4,7	5,6	13,3	122,4
Хлеб ржаной	115	29,0	1,4	0,28	12,35	57,52
Цена		39,86				
Обед						
Икра кабачковая		110	2,3	4,5	4,13	66,22
Суп с бобовыми		250	6,6	9,2	18,5	183,2
Мясо запеченное		100	19,62	13,77	4,29	228
Рагу из овощей		150	3,1	4,85	20,65	138,61
Сок фруктовый		200	1	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный		60	2,7	0,34	20,06	94,1
Хлеб ржаной		20	4,05	0,51	30,09	141,15
Итого		935	40,78	35,94	134,59	1036,42
Цена		91,07				

Повар _____