

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

МЕНЮ

Наименование блюд	11,03,2024								
	Нормы	Вход(г)	п	а	Б	Ж	У	ККАЛ	
			завтрак		мл	дистр		кп	
Омлет натуральный	307	150,	22,74	10	7	2	41	2,72	237,64
Кофейный напиток	513	200,0	...	0,0		0,02		15,0	60,46
Фрукты свежие (груша)	118	100,0	15,82	0,5		0,2		02	16,2
Хлеб пшеничный108	114	45,0	2,4	1,35		0,17		10,03	47,05
Хлеб ржаной йдированный108	115	27,0	1,8	1,4		0,28		12,35	57,52
итог		524		18	9	2	98	63,00	542,97
Цена			46,96						
Завтрак тарелка - 5-9 кл									
		Выход							
Омлет натуральный	307	200,0	23,21	10	77	20,41		2,72	237,64
Кофейный напиток	513	200,0	4,1	0,07		0,02		15,0	60,46
Горошек зеленый		60,0	4,69	0,5		0,2		02	16,2
Фрукты свеж (яблоки)	118	100	7,3						
Хлеб пшеничный	114	32,0	1,67	1,35		0,17		10,03	47,05
Хлеб ржаной	115	29,0	1,89	1,4		0,28		12,35	57,52
итог		621		18,79		23,98		63,00	542,97
Цена			44,85						
Обед									
Овощи в ассортименте	112	60	6,17	1		0,05		12,27	53,57
Суп с бобовыми	149	250	19,98	11,3		6,3		7,8	133,1
Рыба запеченная	339	90	34,20	7,77		6,86		11,23	119,5
Картофельное пюре	434	180	18,3	3,1		4,85		20,65	138,61
Компот из с/ф	527	290	4,36	1		0		20,20	84,8
Хлеб пшеничный	50	50	2,5	2,7		0,34		20,06	94,1
Хлеб ржаной	40	30	2,6	1,35		0,24		8,37	40,96
Итого:		940		38,21		18,64		60,58	664,64
Цена:			88,26						

Повар _____

Повар _____