

# МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ №21  
 Имени А.И.Гераськина  
 Т.А.Липаридзе  
 п, Перевалка

Наименование блюд	14.03.2024					
	№ рецептуры	Выход(г)	Б	Ж	У	ккал
<b>Завтрак 1-4</b>						
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	20,0	4,7	5,6	13,3	122,4
Хлеб ржаной йодированный	115	20,0	1,4	0,28	12,35	57,52
<b>Цена</b>		<b>66,99</b>				
<b>Завтрак 5-7</b>						
Выход						
Рыба запеченная	339	100,0	10,14	7,12	0,67	107,31
Пюре картофельное	434	100,0	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
<b>Цена</b>		<b>31,36</b>				
<b>Обед</b>						
Икра кабачковая	110	110	2,3	4,5	4,13	66,22
Суп с бобовыми	240	240	6,6	9,2	18,5	183,2
Мясо запеченное	100	100	19,62	13,77	4,29	228
Рагу из овощей	150	150	3,1	4,8	20,65	138,61
Сок фруктовый	200	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный	60	60	2,7	0,34	20,06	94,1
Хлеб ржаной	30	30	4,05	0,51	30,09	141,15
<b>Итого</b>		<b>915</b>	<b>40,78</b>	<b>35,94</b>	<b>134,59</b>	<b>1036,42</b>
<b>Цена</b>		<b>91,87</b>				

Повар \_\_\_\_\_

