

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №21

Имени А.И.Герасимовича п, Перевалка

Т. Л. Гаридзе

Наименование блюд

5.03.2024

Наименование блюд	Рецептуры	Выход(г)	цена	Б	Ж	У	ККАЛ
Завтрак младшие 1-4 кл							
Омлет натуральный	307	150,0	22,74	10,77	20,41	2,72	237,64
Чай с лимоном	513	200,0	4,1	0,07	0,02	15,0	60,46
Хлеб пшеничный 108	114	45,0	2,4	1,35	0,17	10,03	47,05
Хлеб ржаной йдированный 108	115	27,0	1,9	1,4	0,28	12,35	57,52
Итого:		524		18,79	23,98	63,00	542,97
Цена			46,96				
Завтрак старшие 5-9 кл							
		Выход					
Омлет натуральный	307	200,0	25,21	10,77	20,41	2,72	237,64
Чай с сахаром	513	200,0	4,1	0,07	0,02	15,0	60,46
Горошек зеленый		60,0	4,68	0,5	0,2	02	16,2
Хлеб пшеничный	114	15,0	1,67	1,35	0,17	10,03	47,05
Хлеб ржаной	115	14,0	1,89	1,4	0,28	12,35	57,52
Итого:		621		18,79	23,98	63,00	542,97
Цена			44,85				
Обед							
Овощи в ассортименте	112	60	6,12	1	0,05	12,27	53,57
Щи из свежей капусты	149	250	19,98	11,3	6,3	7,8	133,1
Мясо духовое с картофелем и овощами	339	90	34,20	7,77	6,86	11,23	119,5
Сок с трубочкой	527	200	4,36	1	0	20,20	84,8
Хлеб пшеничный	114	50	2,5	2,7	0,34	20,06	94,1
Хлеб ржаной	115	30	1,6	1,33	0,24	8,37	40,96
Итого:		940		28,21	18,64	100,58	664,64
Цена:			88,26				

Повар



Повар