

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №21

Имени А.И.Герасимовича п, Перевалка

Т. Л. Даридзе

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