

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУООШ№21

Имени А.И.Гераськина

 Т.А.Липаридзе

# МЕНЮ

п. Перевалка

Наименование блюд	14,02,2024					
	№ рецептуры	Выход(г)	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>Завтрак 1-4</b>						
Говядина в кисло сладком соусе	368	80,0	7,9	8,69	3,2	122,61
Компот из сухофруктов	537	200,0	4,08	3,54	17,58	118,52
Салат из капусты и моркови	2	100,0	0,4	0,05	0,85	5,45
Хлеб пшеничный	114	45,0	1,69	0,21	12,54	58,81
Хлеб йод	115	27,0	1,4	0,28	12,35	57,52
Каша вязкая гречневая	314	150,0	6,85	5,15	29,8	192,95
итого		565	23,82	17,93	89,12	613,06
Цена		63,07				
<b>Завтрак 5-9</b>						
Говядина в кисло сладком соусе	368	100,0	7,9	8,69	3,2	122,61
Компот из сухофруктов	537	200,0	4,08	3,54	17,58	118,52
Хлеб пшеничный	114	32,0	1,69	0,21	12,54	58,81
Хлеб ржаной	115	29,0	1,4	0,28	12,35	57,52
Салат из капусты и моркови	2	100,0	0,4	0,05	0,85	5,45
Каша вязкая гречневая	314	180,0	6,85	5,15	29,8	192,95
итого		494	22,32	17,93	76,32	555,86
Цена		53,50				
<b>Обед</b>						
Овощи соленые огурцы	112	60	0,08	4,2	0,14	66,1
Щи из свежей капусты	145	250	6,3	6,8	19,3	163,6
Птица отварная	409	200	20,5	16,4	20,4	311,2
Макаронные изделия с овощами	300	200	5,8	5	9,6	107
Хлеб пшен	114	40	2,7	0,34	20,06	94,4
Чай с сахаром	501	200	0,1	0	15	60
Молоко с трубочкой	515	200	5,8	5	9,6	106
Хлеб рж	115	25	1,4	0,32	12,4	57,5
итого		815	47,27	41,77	115,66	1073,75
Цена		56,57				

Повар 