

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.С. Денисенко



МЕНЮ

МБОУ ООШ № 21

«22» февраля 2023 год

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 7 до 11 лет	54-9з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	3,54	72,52	0,82	6,07	3,6
	54-26м-2020	Плов из булгура с курицей	200	22,67	312,3	13,7	8,6	38,7
	389 стр274	Сок фруктовый (пром.производства)	200	16,00	84,8	1	0	20,2
	108 стр72	Хлеб пшеничный	35	2,27	82,25	2,66	0,28	17,22
	109 стр72	Хлеб ржаной	20	1,69	34,8	1,32	0,24	6,68
		ИТОГО:	515	46,17	586,67	19,5	15,19	86,4

Повар:

И.Н.Яворская

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ ООШ № 21

А.С. Денисенко

МЕНЮ

МБОУ ООШ № 21

«22» февраля 2023 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	№115 стр.75	Икра кабачковая	60	6,36	71,4	1,14	5,34	4,62
	№54-26м-2020	Плов из булгура с птицей	200	22,67	312,3	13,7	14,6	38,7
	№389 стр.274	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	16,00	84,8	1	0	20,2
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	40	2,59	94	3,04	0,32	19,68
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	30	2,54	52,2	1,98	0,36	10,02
	№112 стр.73	Яблоки	180	11,64	84,6	0,72	0,72	17,64
		ИТОГО:	710	61,80	699,30	21,58	21,34	110,86
Обед ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	№ 48 стр.38	Салат из квашенной капусты с луком	100	10,95	109	1,6	10,1	3
	№144 стр.101	Суп картофельный с бобовыми	250	8,38	108	2,30	4,25	15,12
	№363 стр.259	Мясо тушенное	100	64,04	227	15,2	17,4	2,3
	№429 гр.312	Пюре картофельное	150	11,98	138	3,15	6,6	16,35
	№54-2хн-2020	Компот из кураги	200	7,41	66,9	1	0,1	15,7
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	60	3,88	141	4,56	0,48	29,52
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	35	2,96	60,9	2,31	0,42	11,69
			ИТОГО:	895	109,60	850,8	30,12	39,35

Повар:



И.Н.Яворская