

УТВЕРЖДАЮ:

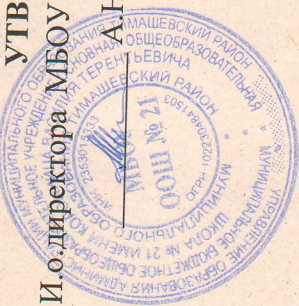
И.о.директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

MICHO

МБОУ ООШ № 21

«17» октября 2022 год

[illegible]

Повар:

И. Н. Яворская



УТВЕРЖАЮ:

ИО директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«17» октября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	54-3з-2020	Помидоры свежие порционно	60	3,19	13	0,66	0,12	2,28
	54-20м-2020	Говядина отварная	60	66,09	193	17	13,7	0,4
	331	Каша пшенная вязкая	150	6,88	150	4,09	4,7	22,74
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	3,35	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	36	2,38	85	2,74	0,29	12,71
	109	Хлеб ржаной	55	4,03	96	3,63	0,66	18,37
		Йогурт в промышленной упаковке	150	30,00	130,5	7,5	4,8	12,75
		ИТОГО:	711	115,92	728,5	35,72	24,32	84,45

А.Н. Мочалова

Повар:

И.Н. Яворская

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«17» октября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	54-3з-2020	Помидоры свежие порционно	60	3,19	13	0,66	0,12	2,28
	54-20м-2020	Говядина отварная	60	53,11	193	17	13,7	0,4
	331	Каша пшенная вязкая	150	5,62	150	4,09	4,7	22,74
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	2,44	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	36	2,33	85	2,74	0,29	12,71
	109	Хлеб ржаной	55	4,65	96	3,63	0,66	18,37
	517	Йогурт в промышленной упаковке	150	25,00	130,5	7,5	4,8	12,75
		ИТОГО:	711	96,34	728,5	35,72	24,32	84,45
Обед ОБЗ + инвалиды 12 лет и старше	54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	100	7,04	143	2,67	10,17	10,33
	54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	250	4,55	151	6,04	5,13	20,16
	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыпленка	100	15,19	206	9,78	14,23	9,57
	294	Макароны отварные с овощами	180	9,97	209	3,6	9,36	27,64
	389	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	15,00	47	0,4	0,4	9,8
	108	Хлеб пшеничный	57	3,69	134	4,33	0,46	28,04
	109	Хлеб ржаной	40	3,38	70	2,64	0,48	13,36
	54-9в-2020	Булочка Школьная	100	25,00	288	8,67	3	56,67
		ИТОГО:	1027	83,82	1248	38,13	43,23	175,57

Повар:

И.Н. Яворская