



УТВЕРЖДАЮ:
МБОУ ООШ № 21
А.С. Денисенко

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«31» января 2023 год

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 7 до 11 лет	306 стр241	Горошек зеленый консервированный	60	12,70	35,52	1,73	1,63	3,47
	311	Гуляш из мяса птицы	100	24,35	111	9,6	11,42	2,58
	54-11г-2020	Картофельное пюре	150	11,84	145,8	3,1	6	19,7
	497(2) стр350	Какао с молоком	200	13,74	186	5	4,4	31,7
	108 стр72	Хлеб пшеничный	30	1,94	70,5	2,28	0,24	14,76
	109 стр72	Хлеб ржаной	20	1,71	34,8	1,32	0,24	6,68
			ИТОГО:	560	66,28	583,62	23,03	23,93

Повар: *[Signature]*


И.Н.Яворская



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ООШ № 21
И.Н. Яворская

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«31» января 2023 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	№ 311 К	Гуляш из мяса птицы	100	36,44	111	9,6	11,42	2,58
	№54-11г-2020	Пюре картофельное	150	14,83	145,8	3,1	6	19,7
	№497(2)стр.350	Какао с молоком	200	18,48	186	5	4,4	31,7
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	50	3,30	117,5	3,8	0,4	24,6
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	45	3,30	78,3	2,97	0,54	15,03
		ИТОГО:	545	76,35	638,6	24,47	22,76	93,61

Повар: 

И.Н. Яворская