УТВЕРЖДАЮ:
И.о.директора МБОУ ООШ № 21
_____ А.Н. Мочалова

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«13» сентября 2022 год

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 7 до 11 лет	10	Бутерброд горячий с сыром (2 вариант)	35	8,90	95	4,98	5,66	5,92
	284	Запеканка картофельная с мясом	100	42,23	227	11,22	14,55	12,79
	494	Чай с лимоном (витаминизированный)	200	2,48	61	0,1	0,05	15,2
	109	Хлеб ржаной	70	5,88	122	4,62	0,84	23,38
	517	Йогурт	150	22,00	130,5	7,5	4,8	12,75
	ИТОГО:		555	81,49	635,5	28,42	25,9	70,04

Повар: И.Н.Яворская

УТВЕРЖДАЮ:
ИО директора МБОУ ООШ № 21
_____А.Н.Мочалова

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«13» сентября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	284	Запеканка картофельная с мясом	100	52,62	227	11,22	14,55	12,79
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	3,35	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	50	3,30	118	3,8	0,4	24,6
	109	Хлеб ржаной	70	5,13	122	4,62	0,84	23,38
	389	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	12,60	47	0,4	0,4	9,8
		ИТОГО:	620	77,00	575,00	20,14	16,24	85,77

Повар: И.Н.Яворская