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

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«15» сентября 2022 год

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 7 до 11 лет	300	Яйца вареные	40	6,43	63	5,1	4,6	0,3
	71	Помидоры свежие в нарезке	50	2,66	11	0,55	0,1	1,9
	285	Макаронник с мясом	150	61,34	284	9	25,68	30
	692	Кофейный напиток	200	7,05	99	1,32	1,41	20,3
	109	Хлеб ржаной	30	2,52	52	1,98	0,36	10,02
	108	Хлеб пшеничный	33	2,10	78	2,51	0,26	16,24
	588	Вафли	15	3,55	52,5	0,42	0,5	11,6
	ИТОГО:		518	85,65	639,5	20,88	32,91	90,36

Повар: И.Н.Яворская

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

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«15» сентября 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	50	2,66	11	0,55	0,1	1,9
	285	Макаронник с мясом	180	92,52	341	22,08	30,81	25,73
	692	Кофейный напиток	200	9,59	99	1,32	1,41	20,3
	108	Хлеб пшеничный	40	2,64	94	3,04	0,32	19,68
	109	Хлеб ржаной	40	2,93	70	2,64	0,48	13,36
		ИТОГО:	510	110,34	615	29,63	33,12	80,97

Повар: И.Н. Яворская