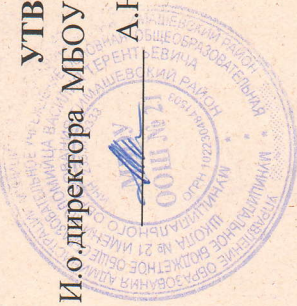


УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова



MEHNO

МБОУ ООШ № 21

«19» октября 2022 год

[illegible]

Повар:

Full

И. Н. Яворская

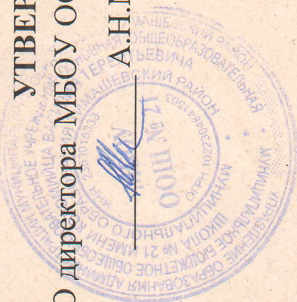
УТВЕРЖДАЮ:
 ИО директора МБОУ ООШ № 21
 А.Н. Мочалова

МЕНЮ
 МБОУ ООШ № 21
 «19» октября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	54-40-2020	Омлет с сыром	200	66,03	379	25,89	28,73	4,3
	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	43	3,15	75	2,84	0,52	14,36
	338	Яблоко	150	9,00	70,5	0,6	0,6	14,7
ИТОГО:			643	84,83	703,5	33,23	30,3	73,16

Повар:

И.Н. Яворская



МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«19» октября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОБЗ + инвалиды 12 лет и старше	54-40-2020	Омлет с сыром	200	50,54	379	25,89	28,73	4,3
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	2,44	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	50	3,24	118	3,8	0,4	24,6
	109	Хлеб ржаной	43	3,64	75	2,84	0,52	14,36
	112	Яблоко	150	10,07	70,5	0,6	0,6	14,7
		ИТОГО:	643	69,93	703,5	33,23	30,3	73,16
Обед ОБЗ + инвалиды 12 лет и старше	100	Сыр порционнно	18	7,39	61,74	4,6	4,7	0
	54-33-2020	Помидоры свежие порционнно	100	5,08	21	1,1	0,2	3,8
	204	Солянка домашняя	250	20,79	326	5,59	9,58	54,48
	479	Сметана	15	3,47	24,3	0,39	2,25	0,54
	436	Жаркое по - домашнему, из птицы	280	40,71	313	12,27	14	23,33
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	2,44	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	40	2,59	94	3,04	0,32	19,68
	109	Хлеб ржаной	28	2,37	49	1,85	0,34	9,35
	517	Йогурт в промышленной упаковке	150	25,00	130,5	7,5	4,8	12,75
		ИТОГО:	1081	109,84	1080,54	36,44	36,24	139,13

Повар:

И.Н. Яворская