

УТВЕРЖДАЮ:

ИО директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

МЕНЮ

МБОУ ООШ № 21

«18» октября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	7	Сыр порционно	15	9,90	54	3,43	4,43	0
	54-5м-2020	Котлеты из курицы	60	21,68	101	11,5	2,6	8,1
	54-1г-2020	Макароны отварные	120	7,65	157	4,3	3,9	26,2
	54-21гн-2020	Какао с молоком	200	16,48	107	4,6	4,4	12,5
	108	Хлеб пшеничный	57	3,76	134	4,33	0,46	28,04
		ИТОГО:	452	59,47	553	28,16	15,79	74,84

Повар:

И.Н. Яворская

И.Н. Яворская

А.Н. Мочалова

MICHIO

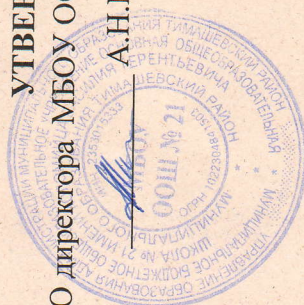
МБОУ ООШ № 21

«18» октября 2022 год

[illegible]

Повар:

И.Н.Яворская



МЕНЮ
 МБОУ ООШ № 21
 «18» октября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	7	Сыр порционно	15	6,70	54	3,43	4,43	0
	54-5м-2020	Котлеты из курицы	60	14,52	101	11,5	2,6	8,1
	54-1г-2020	Макароны отварные	120	6,50	157	4,3	3,9	26,2
	54-21гн-2020	Какао с молоком	200	12,52	107	4,6	4,4	12,5
	108	Хлеб пшеничный	57	3,69	134	4,33	0,46	28,04
	112	Яблоко	150	10,07	70,5	0,6	0,6	14,7
ИТОГО:			602	54,00	623,5	28,76	16,39	89,54
Обед ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	71	Огурцы свежие порционно	100	6,88	12	0,7	0,1	1,9
	142	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	11,66	100	1,81	4,45	13
	244	Плов из отварной говядины	280	106,93	554,00	28,56	26,75	45,51
	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,13	83	0,06	0	20,8
	108	Хлеб пшеничный	55	3,56	129	4,18	0,44	27,06
	109	Хлеб ржаной	36	3,04	63	2,38	0,43	12,02
	588	Вафли	20	7,50	70	0,56	0,67	15,47
ИТОГО:			941	144,7	1011	38,25	32,84	135,76

Повар:

Вруч

И.Н. Яворская