







**МЕНЮ**  
**МБОУ ООШ № 21**  
**«20» февраля 2023 год**

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак + ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	№ 44 стр. 36	Салат из белокачанной капусты и свеклы	80	3,62	75,2	1,28	5,68	4,72
	№ 54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	200	34,19	214	12,9	15,3	6,2
	№ 500 стр 351	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	7,79	113	2,9	2	20,9
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	40	2,59	94	3,04	0,32	19,68
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	30	2,54	52,2	1,98	0,36	10,02
	№ 112 стр 73	Плоды свежие бананы	240	26,40	134,4	2,1	0,7	29,4
			ИТОГО:	790	77,13	682,80	24,20	24,36
Обед ОБЗ + инвалиды	№ 107 стр.71	Огурцы соленые порционно	100	9,24	13	0,8	0,1	1,7
	№ 146 стр.102	Суп картофельный с клецками	275	5,68	105,45	2,66	3,97	14,75
	№ 54-11м-2020	Плов из отварной говядины	250	65,00	443	19,1	19,3	48,2
	№ 389 стр.274	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	16,00	84,8	1	0	20,2
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	60	3,88	141	4,56	0,48	29,52
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	35	2,96	60,9	2,31	0,42	11,69
	№ 590 стр.415	Печенье сахарное	25	11,32	104,25	1,17	2,45	18,6
			ИТОГО:	945	114,08	952,4	31,6	26,72

Повар:

И.Н.Яворская





МЕНИЮ  
Директор МБОУ ООШ № 21  
А.С.Денисенко

МЕНИЮ  
МБОУ ООШ № 21  
«20» февраля 2023 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	№ 44 стр. 36	Салат из белокачанной капусты и свеклы	80	4,26	75,2	1,28	5,68	4,72
	№ 54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	200	50,25	214	12,9	15,3	6,2
	№ 500 стр 351	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	10,49	113	2,9	2	20,9
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	40	2,64	94	3,04	0,32	19,68
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	30	2,20	52,2	1,98	0,36	10,02
		ИТОГО:	550	69,84	548,40	22,10	23,66	61,52

Повар:

И.Н.Яворская