

А.С. Денисенко

MICHIO

МБОУ ООШ № 21

«10» ноября 2022 год

[illegible]

Повар:

И.Н.Яворская

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.С.Денисенко

МЕНЮ

МБОУ ООШ № 21

«10» ноября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	Лш010	Бутерброд горячий с сыром	35	9,14	95	4,98	5,66	5,92
	Я200124	Биточки из курицы	70	16,47	117	9,3	4,8	7,17
	Ф334	Рис отварной с овощами	100	6,21	119	2,22	3,09	20,63
	Лш705	Напиток из плодов шиповника	200	4,58	94	0,4	0	23,6
	ИН00108	Хлеб пшеничный	50	3,21	118	3,8	0,4	24,6
	ИН00109	Хлеб ржаной	25	2,12	43	1,65	0,3	8,53
	К000338	Яблоко	150	9,31	70,5	0,6	0,6	14,7
		ИТОГО:	630	51,04	656,5	22,95	14,85	105,15

Повар:

И.Н. Яворская

МЕНЮ
 МБОУ ООШ № 21
 «10» ноября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	Лпш010	Бутерброд горячий с сыром	35	9,14	95	4,98	5,66	5,92
	Я200124	Биточки из курицы	70	16,47	117	9,3	4,8	7,17
	Ф334	Рис отварной с овощами	100	6,21	119	2,22	3,09	20,63
	Лпш705	Напиток из плодов шиповника	200	4,58	94	0,4	0	23,6
	ИН00108	Хлеб пшеничный	50	3,21	118	3,8	0,4	24,6
	ИН00109	Хлеб ржаной	25	2,12	43	1,65	0,3	8,53
	К000338	Яблоко	150	9,31	70,5	0,6	0,6	14,7
		ИТОГО:	630	51,04	656,5	22,95	14,85	105,15
Обед ОБЗ + инвалиды 12 лет и старше	К000071	Помидоры свежие порционно	100	11,86	21	1,1	0,2	3,8
	Лпш140	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,64	120	2,9	2,5	21
	Лпш462	Тефтели	100	35,81	211	9,32	14,83	9,94
	Я300244	Каша гречневая вязкая	180	7,55	161	3,84	5,04	24,96
	К000379	Кофейный напиток с молоком	200	9,53	101	3,17	2,68	15,95
	ИН00108	Хлеб пшеничный	65	4,18	153	4,94	0,52	31,98
	ИН00109	Хлеб ржаной	55	4,66	96	3,63	0,66	18,37
		ИТОГО:	950	80,23	863	28,9	26,43	126

Повар:

И.Н. Яворская