



**МЕНЮ**  
**МБОУ ООШ № 21**  
**«09» марта 2023 год**

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 7 до 11 лет	Я300253	Икра кабачковая (пром.производства)	68	7,21	46	0,88	3,31	3,38
	Я200131	Плов из булгура с курицей	170	31,94	265	13	12,32	25,52
	Я300223	Кисель из вишни	200	11,78	53	0,2	0	13
	ИН00108	Хлеб пшеничный	20	1,30	47	1,52	0,16	9,84
	ИН00109	Хлеб ржаной	22	1,86	39	1,45	0,26	7,35
	ЛД00129	Пирожное школьное к чаю (с повидлом)	20	12,00	83	2	2	13,7
			ИТОГО:	500	66,09	533	19,05	18,05

Повар:

И.Н.Яворская

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.С. Денисенко



**МЕНЮ**  
**МБОУ ООШ № 21**  
**«09» марта 2023 год**

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	Я300253	Икра кабачковая	100	13,78	68	1,3	4,87	4,97
	Я200131	Плов из булгура с курицей	200	33,78	312	15,29	14,49	30,02
	Лш640	Кисель из плодов свежих	200	4,73	146	0,2	0	34,4
	ИН00108	Хлеб пшеничный	45	2,97	106	3,42	0,36	22,14
	ИН00109	Хлеб ржаной	22	1,61	39	1,45	0,26	7,35
			ИТОГО:	567	56,87	671	21,66	19,98

Повар:

И.Н. Яворская

**МЕНЮ**  
**МБОУ ООШ № 21**  
**«09» марта 2023 год**

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше	Я300253	Икра кабачковая	100	10,60	68	1,3	4,87	4,97
	Я200131	Плов из булгура с курицей	200	22,67	312	15,29	14,49	30,02
	Лш640	Кисель из плодов свежих	200	11,78	146	0,2	0	34,4
	ИН00108	Хлеб пшеничный	45	2,91	106	3,42	0,36	22,14
	ИН00109	Хлеб ржаной	22	1,86	39	1,45	0,26	7,35
	ЛД00129	Пирожное школьное к чаю	20	12,00	83	2	2	13,7
			ИТОГО:	587	61,82	754	23,66	21,98
Обед ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше	Лш051	Салат из свеклы с квашенной капустой	100	7,11	155	1,38	13,31	7,48
	Ф086/6	Суп картофельный с крупой пшенной	250	4,89	91	2,18	2,84	14,29
	К000255	Печень по-строгановски	100	32,37	185	13,26	11,23	3,52
	Я300071	Каша перловая рассыпчатая	180	7,78	232	5,28	7,08	36,6
	ИН00508	Компот из смеси сухофруктов	200	5,96	110	0,5	0	27
	ИН00108	Хлеб пшеничный	46	2,98	108	3,5	0,37	22,63
	ИН00109	Хлеб ржаной	40	3,39	70	2,64	0,48	13,36
			ИТОГО:	916	64,48	951	28,74	34,83

Повар:



И.Н. Яворская