



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ ООШ № 21

С. Денисенко

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«07» февраля 2023 год

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 7 до 11 лет	100 стр68	Сыр порциями	25	11,63	85,75	6,4	6,52	0
	274 стр222	Зразы рубленые	100	35,45	185	6,7	9,07	18,6
	174 стр124	Картофель, отварной в молоке	120	7,77	134,4	3,72	5,04	18,48
	54-13хн-2020	Напиток из плодов шиповника	200	5,60	65,3	0,6	0,2	15,2
	108 стр72	Хлеб пшеничный	35	2,27	82,25	2,66	0,28	17,22
	109 стр72	Хлеб ржаной	20	1,71	34,8	1,32	0,24	6,68
		ИТОГО:	500	64,43	587,5	21,4	21,35	76,18

Повар: *[Signature]*

И.Н.Яворская



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ ООШ № 21
 А.С. Денисенко

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«07» февраля 2023 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	№ 274 стр.222	Зразы рубленые	100	37,62	185	6,7	9,07	18,6
	№ 174 стр.124	Картофель отварной в молоке	180	13,68	201,6	5,58	7,56	27,72
	№ 519 стр.364	Напиток из шиповника	200	8,46	97	0,7	0,3	22,8
	№ 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	64,60	629,80	18,00	17,61

Повар:

И.Н.Яворская

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ ООШ № 21
 Денисенко



МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«07» февраля 2023 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше	№ 306 стр.241	Горошек зеленый консервированный	60	12,70	35,52	1,73	1,63	3,47
	№ 274 стр.222	Зразы рубленые	100	35,64	185	6,7	9,07	18,6
	№ 174 стр.124	Картофель отварной в молоке	180	11,65	201,6	5,58	7,56	27,72
	№ 519 стр.364	Напиток из шиповника	200	5,78	97	0,7	0,3	22,8
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	40	2,59	94	3,04	0,32	19,68
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	30	2,56	52,2	1,98	0,36	10,02
			ИТОГО:	610	70,92	665,32	19,73	19,24
Завтрак ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше	№ 51 стр.40	Салат из свеклы и моркови	100	4,89	127	1,3	10,3	7,1
	№ 128 стр.88	Борщ с капустой и картофелем	250	6,04	95	1,82	5	10,65
	№ 479 стр.340	Сметана	10	2,34	16,2	0,26	1,5	0,36
	№ 405 стр.296	Птица в соусе с томатом	120	37,51	192	13,6	13,5	4,1
	№ 303 стр.240	Каша пшеничная вязкая	180	6,47	189	5,02	6	28,73
	№ 508 стр.357	Компот из смеси сухофруктов	200	5,98	110	0,5	0	27
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	60	3,89	141	4,56	0,48	29,52
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	45	3,85	78,3	2,97	0,54	15,03
			ИТОГО:	965	70,97	948,5	30,03	37,32

Повар:

И.Н.Яворская