

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

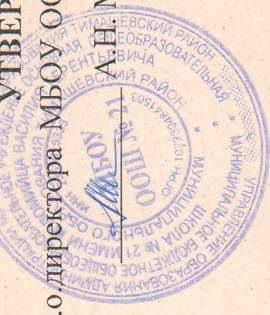
И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

MICHO

МБОУ ООШ № 21

«21» сентября 2022 год

[illegible]

Повар:

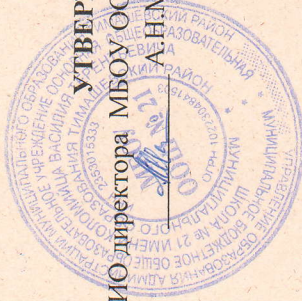
Feb

И. Н. Яворская

УТВЕРЖДАЮ:

ИО директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова



МЕНЮ

МБОУ ООШ № 21

«21» сентября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	54-4о-2020	Омлет с сыром	200	66,03	379	25,89	28,73	4,3
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	3,35	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	50	3,30	118	3,8	0,4	24,6
	109	Хлеб ржаной	43	3,15	75	2,84	0,52	14,36
	338	Яблоко	150	9,00	70,5	0,6	0,6	14,7
ИТОГО:			643	84,83	703,5	33,23	30,3	73,16

Повар:

И.Н. Яворская

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«21» сентября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОБЗ + инвалиды 12 лет и старше	54-40-2020	Омлет с сыром	200	49,08	379	25,89	28,73	4,3
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	2,48	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	50	3,19	118	3,8	0,4	24,6
	109	Хлеб ржаной	43	3,61	75	2,84	0,52	14,36
	338	Яблоко	150	11,34	70,5	0,6	0,6	14,7
ИТОГО:			643	69,70	703,5	33,23	30,3	73,16
Обед ОБЗ + инвалиды 12 лет и старше	100	Сыр порционно	18	7,27	61,74	4,6	4,7	0
	54-33-2020	Помидоры свежие порционно	100	5,08	21	1,1	0,2	3,8
	204	Солянка домашняя	250	25,28	326	5,59	9,58	54,48
	479	Сметана	15	3,52	24,3	0,39	2,25	0,54
	436	Жаркое по - домашнему, из птицы	280	41,90	313	12,27	14	23,33
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	2,48	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	40	2,55	94	3,04	0,32	19,68
	109	Хлеб ржаной	28	2,35	49	1,85	0,34	9,35
	517	Йогурт в промышленной упаковке	150	22,00	130,5	7,5	4,8	12,75
	ИТОГО:			112,43	1080,54	36,44	36,24	139,13

Повар:

И.Н. Яворская