


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



**МЕНЮ**  
**МБОУ ООШ № 21**  
**«19» апреля 2023 год**

| Приём пищи             | № рецепта | Блюдо                               | Выход, г | Цена, руб | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------------------|-----------|-------------------------------------|----------|-----------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак от 7 до 11 лет | Я200006   | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60       | 14,42     | 37           | 0,6   | 3,1   | 1,8      |
|                        | ИН00301   | Омлет натуральный                   | 150      | 26,98     | 245          | 12,92 | 20,08 | 3,46     |
|                        | ИН00499   | Какао с молоком сгущенным           | 200      | 7,20      | 118          | 2,2   | 2,2   | 22,4     |
|                        | ИН00108   | Хлеб пшеничный                      | 30       | 1,96      | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|                        | ИН00109   | Хлеб ржаной                         | 20       | 1,71      | 35           | 1,32  | 0,24  | 6,68     |
|                        | К000338   | Плоды или ягоды свежие (яблоки)     | 180      | 12,41     | 47           | 0,4   | 0,4   | 10       |
|                        |           |                                     |          |           |              |       |       |          |
|                        |           |                                     |          |           |              |       |       |          |
|                        |           |                                     | ИТОГО:   | 640       | 64,68        | 553   | 19,72 | 26,26    |
|                        |           |                                     |          |           |              |       |       |          |
|                        |           |                                     |          |           |              |       |       |          |
|                        |           |                                     |          |           |              |       |       |          |
|                        |           |                                     |          |           |              |       |       |          |
|                        |           |                                     |          |           |              |       |       |          |
|                        |           |                                     |          |           |              |       |       |          |
|                        |           |                                     |          |           |              |       |       |          |
|                        |           |                                     |          |           |              |       |       |          |

Повар: *И.Н. Яворская*

И.Н.Яворская



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

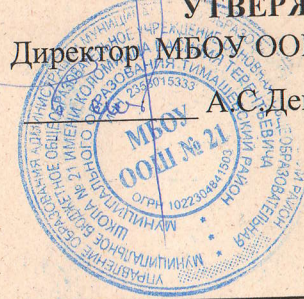
**МЕНЮ**  
**МБОУ ООШ № 21**  
**«19» апреля 2023 год**

| Приём пищи                 | № рецептуры | Блюдо                     | Выход, г | Цена руб. | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|----------------------------|-------------|---------------------------|----------|-----------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак от 12 лет и старше | ИН00301     | Омлет натуральный         | 200      | 54,98     | 327          | 17,23 | 26,77 | 4,61     |
|                            | ИН00499     | Какао с молоком сгущенным | 200      | 10,75     | 118          | 2,2   | 2,2   | 22,4     |
|                            | ИН00108     | Хлеб пшеничный            | 30       | 1,98      | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|                            | ИН00109     | Хлеб ржаной               | 20       | 1,47      | 35           | 1,32  | 0,24  | 6,68     |
|                            | К000338     | Яблоко                    | 180      | 10,80     | 47           | 0,4   | 0,4   | 10       |
|                            |             |                           |          |           |              |       |       |          |
|                            |             |                           |          |           |              |       |       |          |
|                            |             |                           |          |           |              |       |       |          |
|                            |             |                           | ИТОГО:   | 630       | 79,98        | 598   | 23,43 | 29,85    |

Повар:

И.Н. Яворская

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ ООШ № 21



А.С. Денисенко

**МЕНЮ**  
**МБОУ ООШ № 21**  
**«19» апреля 2023 год**

| Приём пищи                                | № рецептуры | Блюдо                     | Выход, г | Цена руб. | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |        |
|---|-------------|---------------------------|----------|-----------|--------------|-------|-------|----------|--------|
| Завтрак ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше | ИН00301     | Омлет натуральный         | 200      | 41,08     | 327          | 17,23 | 26,77 | 4,61     |        |
|   | ИН00499     | Какао с молоком сгущенным | 200      | 7,20      | 118          | 2,2   | 2,2   | 22,4     |        |
|   | ИН00108     | Хлеб пшеничный            | 30       | 1,96      | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |        |
|   | ИН00109     | Хлеб ржаной               | 20       | 2,56      | 35           | 1,32  | 0,24  | 6,68     |        |
|   | К000338     | Яблоко                    | 180      | 12,41     | 47           | 0,4   | 0,4   | 10       |        |
|   |             |                           |          |           |              |       |       |          |        |
|   |             |                           |          |           |              |       |       |          |        |
|   |             |                           | ИТОГО:   | 630       | 65,21        | 598   | 23,43 | 29,85    | 58,45  |
| от Обед ОВЗ + инвалиды 12 лет и старше    | Я100025     | Икра баклажанная          | 100      | 15,37     | 80           | 1,67  | 5,33  | 6,33     |        |
|   | К000097     | Суп картофельный          | 250      | 6,61      | 114          | 2,34  | 2,83  | 16,87    |        |
|   | Б1431       | Макаронник с масом        | 240      | 77,10     | 501          | 22,39 | 23,92 | 49,04    |        |
|   | ИН00495     | Чай с молоком             | 200      | 4,91      | 81           | 1,5   | 1,3   | 15,9     |        |
|   | ИН00108     | Хлеб пшеничный            | 30       | 1,96      | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |        |
|   | ИН00109     | Хлеб ржаной               | 30       | 2,56      | 52           | 1,98  | 0,36  | 10,02    |        |
|   |             |                           |          |           |              |       |       |          |        |
|   |             |                           | ИТОГО:   | 850       | 108,51       | 899   | 32,16 | 33,98    | 112,92 |

Повар:

И.Н. Яворская