

И.о. директора МБОУ ООШ № 21

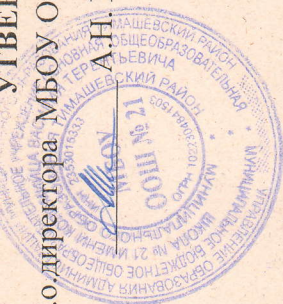
И.о. директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова

MICHO

МБОУ ООШ № 21

«27» сентября 2022 год

[illegible]

Повар:

И. Н. Яворская

УТВЕРЖДАЮ:

ИО директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова



МЕНЮ

МБОУ ООШ № 21

«27» сентября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	284	Запеканка картофельная с мясом	100	52,62	227	11,22	14,55	12,79
	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	70	5,13	122	4,62	0,84	23,38
	389	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	12,60	47	0,4	0,4	9,8
ИТОГО:			620	77,00	575,00	20,14	16,24	85,77

Повар:

И.Н.Яворская

МЕНЮ
 МБОУ ООШ № 21
 «27» сентября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	10	Бутерброд горячий с сыром	35	8,90	95	4,98	5,66	5,92
	284	Запеканка картофельная с мясом	100	42,23	227	11,22	14,55	12,79
	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	70	5,88	122	4,62	0,84	23,38
	389	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	10,50	47	0,4	0,4	9,8
		ИТОГО:	655	73,18	670,00	25,12	21,90	91,69
Завтрак ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	106	Помидоры свежие порционно	100	5,08	24	1,1	0,2	3,8
	63	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,58	103	1,81	4,91	12,74
	479	Сметана	15	3,52	24,3	0,39	2,25	0,54
	54-7г-2020	Рис припущенный	180	11,22	242	4,08	6,48	41,88
	234	Котлеты рыбные	100	25,45	223	11,82	14,06	14,52
	500	Кофейный напиток на стуженном молоке	200	8,86	113	2,9	2	20,9
	108	Хлеб пшеничный	54	3,44	127	4,1	0,43	26,57
	109	Хлеб ржаной	43	3,61	75	2,84	0,52	14,36
	112	Груши	170	17,00	79,9	0,68	0,51	17,51
		ИТОГО:	1112	83,76	1011,2	29,72	31,36	152,82

Повар:  И.Н.Яворская