



ТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ООШ № 21
Д.А. Денисенко

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«20» декабря 2022 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	39,97	185	6,7	9,07	18,6
	№ 174 стр.124	Картофель отварной в молоке	180	12,69	201,6	5,58	7,56	27,72
	№ 519 стр.364	Напиток из шиповника	200	8,41	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	65,91	629,80	18,00	17,61	98,82

Повар:

И.Н.Яворская