



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

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«21» ноября 2022 год

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 7 до 11 лет	Я200139	Говядина отварная	50	44,49	161	14,17	11,42	0,33
	Я300244	Каша гречневая вязкая	150	6,29	134	3,2	4,2	20,8
	ИН00494	Чай с лимоном (витаминизированный)	200	2,29	61	0,1	0,05	15,2
	ИН00108	Хлеб пшеничный	33	2,12	78	2,51	0,26	16,24
	К000338	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	200	12,41	94	0,8	0,8	19,6
		ИТОГО:	633	67,60	528	20,78	16,73	72,17
Обед+ОВЗ+Инвалиды от 7 до 11 лет								

Повар: *Варф*

И.Н.Яворская

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

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«21» ноября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	Я200139	Говядина отварная	60	66,08	193	17	13,7	0,4
	Я300244	Каша гречневая вязкая	150	6,74	134	3,2	4,2	20,8
	ИН00494	Чай с лимоном витаминизированный	200	3,16	61	0,1	0,05	15,2
	ИН00108	Хлеб пшеничный	60	4,16	141	4,56	0,48	21,18
	ИН00109	Хлеб ржаной	30	2,20	52	1,98	0,36	10,02
			ИТОГО:	500	82,34	581	26,84	18,79

Повар:

И.Н. Яворская