

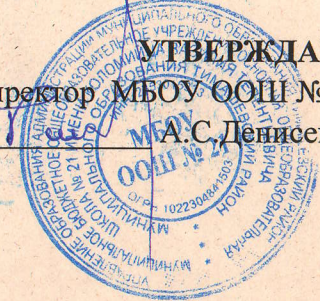


МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«27» февраля 2023 год

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак от 7 до 11 лет	478 стр340	Масло сливочное порциями	10	6,86	74,8	0,05	8,25	0,08	
	313 стр215	Запеканка из творога	130	54,12	281	14,8	11,9	27	
	481 стр341	Молоко сгущенное	10	1,49	32,8	0,72	0,85	5,55	
	54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	1,19	26,8	0,2	0	6,5	
	108 стр72	Хлеб пшеничный	35	2,27	82,25	2,66	0,28	17,22	
	109 стр72	Хлеб ржаной	20	1,69	34,8	1,32	0,24	6,68	
	112 стр73	Плоды свежие, яблоки	180	11,64	56,4	0,48	0,48	11,76	
			ИТОГО:	585	79,26	588,85	20,23	22	74,79

Повар:  И.Н.Яворская

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



МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«27» февраля 2023 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	№313 стр.215	Запеканка из творога	150	58,66	305	16	25,2	23,9
	№481 стр.341	Молоко сгущенное	20	3,88	65,6	1,44	1,7	11,1
	№54-Згн-2020	Чай с лимоном	200	2,81	27,9	0,3	0	6,7
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	45	2,97	105,75	3,42	0,36	22,14
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	30	2,20	52,2	1,98	0,36	10,02
		ИТОГО:	445	70,52	556,45	23,14	27,62	73,86

Повар:

И.Н. Яворская

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ ООШ № 21



А.С. Денисенко

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«27» февраля 2023 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше	№478 стр.340	Масло сливочное порциями	10	6,86	74,8	0,05	8,25	0,08
	№313 стр.215	Запеканка из творога	150	62,60	305	16	25,2	23,9
	№481 стр.341	Молоко сгущенное	20	2,98	65,6	1,44	1,7	11,1
	№54-3гн-2020	Чай с лимоном	200	2,23	27,9	0,3	0	6,7
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	45	2,91	105,75	3,42	0,36	22,14
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	30	2,54	52,2	1,98	0,36	10,02
	№112 стр.73	Мандарины	150	19,50	57	1,2	0,3	11,25
		ИТОГО:	605	99,62	688,25	24,39	36,17	85,19
Обед ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше	№54-14з-2020	Салат из свеклы с курагой и изюмом	80	7,73	97,9	1,4	4,3	13,3
	№129 стр.89	Борщ с фасолью и картофелем	250	6,95	116	3,7	5,1	13,82
	№479 стр.340	Сметана	10	2,34	16,2	0,26	1,5	0,36
	№54-22м-2020	Рагу из птицы	250	39,84	271,6	20,2	8,8	21,9
	№350 стр.259	Кисель из свежих плодов и ягод	200	11,78	117	0,13	0,048	24,53
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	60	3,88	141	4,56	0,48	29,52
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	35	2,96	60,9	2,31	0,42	11,69
	№112 стр.73	Бананы	170	18,70	163,2	2,55	0,85	35,7
		ИТОГО:	1055	94,18	983,8	35,11	21,498	150,82

Повар:

И.Н. Яворская