

METHU

МБОУ ООШ № 21

«28» октября 2022 год

[illegible]

Повар:

И. Н. Яворская

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

МЕНЮ
 МБОУ ООШ № 21
 «28» октября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	15	Сыр порционно	10	6,40	38	2,46	3,16	0
	452	Каша пшенная молочная с сахаром	250	19,06	359	10,73	11,23	53,73
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	3,22	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	55	3,63	129	4,18	0,44	27,06
	109	Хлеб ржаной	53	3,89	92	3,5	0,64	17,7
ИТОГО:			568	36,20	679	20,97	15,52	113,69

Повар:  И.Н. Яворская

МЕНЮ

МБОУ ООШ № 21

«28» октября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше	15	Сыр порционно	10	4,33	38	2,46	3,16	0
	452	Каша пшенная молочная с сахаром	250	15,97	359	10,73	11,23	53,73
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	2,44	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	55	3,56	129	4,18	0,44	27,06
	109	Хлеб ржаной	53	4,48	92	3,5	0,64	17,7
	389	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	15,00	47	0,4	0,4	9,8
	112	Яблоко	150	10,07	70,5	0,6	0,6	14,7
		ИТОГО:	918	55,85	796,5	21,97	16,52	138,19
Обед ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше	54-3з-2020	Помидоры свежие порционно	100	5,08	21	1,1	0,2	3,8
	113	Борщ сибирский со сметаной	250	7,70	116	3,63	4,89	14,35
	229	Рыба, тушенная в томате с овощами	180	30,06	186	11	8,84	8,55
	54-11г-2020	Картофельное пюре	180	13,87	175	3,72	7,2	23,64
	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,13	83	0,06	0	20,8
	108	Хлеб пшеничный	70	4,53	165	5,32	0,56	34,44
	109	Хлеб ржаной	70	5,92	122	4,62	0,84	23,38
	112	Яблоко	150	10,07	70,5	0,6	0,6	14,7
	588	Вафли	15	3,55	52,5	0,42	0,5	11,6
		ИТОГО:	1215	85,91	991	30,47	23,63	155,26

Повар:

И.Н. Яворская