


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



МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«14» марта 2023 год

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 7 до 11 лет	Я300257	Свекла отварная дольками	30	1,25	13	0,45	0,05	2,6
	Я200121	Гуляш из говядины	90	55,97	213	15,19	15,19	3,49
	К000303	Каша вязкая (ячневая)	150	4,49	128	3,14	3,99	19,96
	ИН00494	Чай с лимоном (витамин)	200	2,50	61	0,1	0,05	15,2
	ИН00108	Хлеб пшеничный	25	1,62	59	1,9	0,2	12,3
	ИН00109	Хлеб ржаной	25	2,12	43	1,65	0,3	8,53
			ИТОГО:	520	67,95	517	22,43	19,78

Повар: 

И.Н.Яворская

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

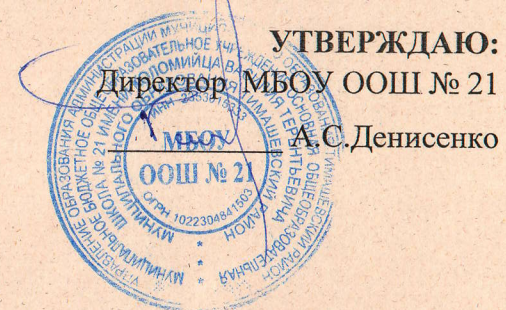


МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«14» марта 2023 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак от 12 лет и старше	Я200121	Гуляш из говядины	100	64,13	237	16,88	16,88	3,88	
	К000303	Каша вязкая ячневая	180	7,55	154	3,77	4,79	23,95	
	ИН00494	Чай с лимоном	200	3,17	61	0,1	0,05	15,2	
	ИН00108	Хлеб пшеничный	25	1,65	59	1,9	0,2	12,3	
	ИН00109	Хлеб ржаной	25	1,83	43	1,65	0,3	8,53	
			ИТОГО:	530	78,33	554	24,3	22,22	63,86

Повар: *В.М.*

И.Н. Яворская



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.С. Денисенко

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«14» марта 2023 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше	Я200121	Гуляш из говядины	100	62,20	237	16,88	16,88	3,88
	К000303	Каша вязкая ячневая	180	5,39	154	3,77	4,79	23,95
	ИН00494	Чай с лимоном	200	2,50	61	0,1	0,05	15,2
	ИН00108	Хлеб пшеничный	25	1,62	59	1,9	0,2	12,3
	ИН00109	Хлеб ржаной	25	2,12	43	1,65	0,3	8,53
	ИН00590	Печенье	20	2,12	83	1,5	1,96	14,88
			ИТОГО:	550	75,95	637	25,8	24,18
Обед ОВЗ + инвалиды от 12 лет и старше	Я200023	Маринад овощной с томатом	100	6,08	123	1,5	8,83	9,67
	Б2204	Солянка домашняя	250	21,36	326	5,59	15	54,48
	Б1303	Рыба припущенная	100	42,63	96	14,1	4,18	0,43
	Я300077	Картофельное пюре	180	14,49	175	3,72	7,2	23,64
	Я300215	Напиток из шиповника	200	5,59	65	0,6	0,2	15,2
	ИН00108	Хлеб пшеничный	40	2,59	94	3,04	0,32	19,68
	ИН00109	Хлеб ржаной	30	2,54	52	1,98	0,36	10,02
			ИТОГО:	900	95,28	931	30,53	36,09

Повар: *Prof*

И.Н. Яворская