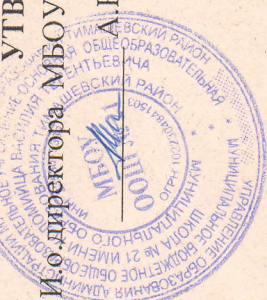


А. Н. Мочалова

МБОУ ООШ № 21

«30» сентября 2022 год



И. Н. Яворская

Повар:

Smith

УТВЕРЖДАЮ:

ИО директора МБОУ ООШ № 21

А.Н. Мочалова



МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«30» сентября 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 пшеничная молочная с сахаром	250	19,38	359	10,73	11,23	53,73
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	3,35	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	36,65	20,97	15,52	113,69

Повар:

И.Н. Яворская

МЕНЮ
 МБОУ ООШ № 21
 «30» сентября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	15	Сыр порционно	10	4,27	38	2,46	3,16	0
	452	Каша пшенная молочная с сахаром	250	16,02	359	10,73	11,23	53,73
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	2,48	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	55	3,51	129	4,18	0,44	27,06
	109	Хлеб ржаной	53	4,46	92	3,5	0,64	17,7
	389	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	10,50	47	0,4	0,4	9,8
	112	Виноград	100	9,00	72	0,6	0,6	15,4
		ИТОГО:	868	50,24	798	21,97	16,52	138,89
Обед ОБЗ + 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	7,84	116	3,63	4,89	14,35
	229	Рыба, тушенная в томате с овощами	180	30,37	186	11	8,84	8,55
	54-11г-2020	Картофельное пюре	180	14,16	175	3,72	7,2	23,64
	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,13	83	0,06	0	20,8
	108	Хлеб пшеничный	70	4,46	165	5,32	0,56	34,44
	109	Хлеб ржаной	70	5,88	122	4,62	0,84	23,38
	112	Слива	100	8,30	49	0,8	0,3	9,6
	588	Вафли	15	3,55	52,5	0,42	0,5	11,6
		ИТОГО:	1165	83,77	969,5	30,67	23,33	150,16

И.Н. Яворская

Повар: 