

А.С. Денисенко

MICHO

МБОУ ООШ № 21

«27» октября 2022 год

[illegible]

Повар:

И.Н.Яворская

УТВЕРЖАЮ:

Директор МБОУ ООШ № 21

А.С. Денисенко

МЕНЮ

МБОУ ООШ № 21

«27» октября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	54-33-2020	Помидоры свежие порционно	50	2,66	11	0,55	0,1	1,9
	285	Макаронник с мясом	180	92,45	341	22,08	30,81	25,73
	692	Кофейный напиток	200	9,34	99	1,32	1,41	20,3
	108	Хлеб пшеничный	40	2,64	94	3,04	0,32	19,68
	109	Хлеб ржаной	40	2,93	70	2,64	0,48	13,36
ИТОГО:			510	110,02	615	29,63	33,12	80,97

Повар:

И.Н. Яворская

И.Н. Яворская

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

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«27» октября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОБЗ + инвалиды от 12 лет и старше	337	Яйцо вареное	40	6,81	63	5,1	4,6	0,3
	54-3з-2020	Помидоры свежие порционно	50	2,66	11	0,55	0,1	1,9
	285	Макаронник с мясом	180	74,50	341	22,08	30,81	25,73
	692	Кофейный напиток	200	7,49	99	1,32	1,41	20,3
	108	Хлеб пшеничный	40	2,59	94	3,04	0,32	19,68
	109	Хлеб ржаной	40	3,38	70	2,64	0,48	13,36
	588	Вафли	15	3,55	52,5	0,42	0,5	11,6
		ИТОГО:	565	100,98	730,5	35,15	38,22	92,87
Обед ОБЗ + инвалиды 12 лет и старше	54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	100	4,96	76	1,3	4,5	7,6
	129	Рассольник Ленинградский	250	5,77	106	2,16	3,94	15,49
	29	Гуляш из птицы	100	25,01	286	11,1	21,07	5,35
	303	Каша вязкая ячневая	180	5,35	212	5,69	5,02	36,22
	389	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	15,00	47	0,4	0,4	9,8
	108	Хлеб пшеничный	50	3,24	118	3,8	0,4	24,6
	109	Хлеб ржаной	43	3,64	75	2,84	0,52	14,36
	517	Йогурт в промышленной упаковке	150	25,00	130,5	7,5	4,8	12,75
		ИТОГО:	1073	87,97	1050,5	34,79	40,65	126,17

Повар:  И.Н. Яворская