


УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ ООШ № 21
 Денисенко



МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«26» декабря 2022 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	6,92	74,8	0,05	8,25	0,08	
	313 стр215	Запеканка из творога	130	53,84	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	1,20	26,8	0,2	0	6,5	
	108 стр72	Хлеб пшеничный	35	2,25	82,25	2,66	0,28	17,22	
	109 стр72	Хлеб ржаной	20	1,70	34,8	1,32	0,24	6,68	
	112 стр73	Плоды свежие, яблоки	120	7,38	56,4	0,48	0,48	11,76	
			ИТОГО:	525	74,78	588,85	20,23	22	74,79

Повар: 

И.Н.Яворская

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ООШ № 21

ООШ А.С. Денисенко



МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«26» декабря 2022 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	58,52	305	16	25,2	23,9
	№481 стр.341	Молоко сгущенное	20	3,88	65,6	1,44	1,7	11,1
	№54-3гн-2020	Чай с лимоном	200	2,29	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	69,86	556,45	23,14	27,62	73,86

Повар: *И.Н. Яворская*

И.Н. Яворская