

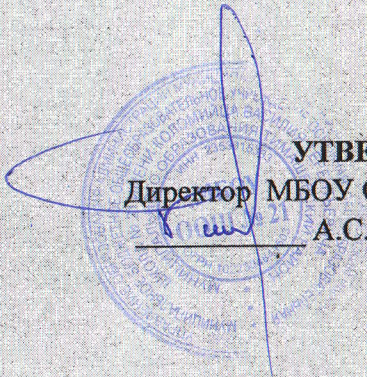
УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ ООШ № 21
 А.С. Денисенко

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«07» декабря 2022 год

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 7 до 11 лет	54-9з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	3,43	72,52	0,82	6,07	3,6
	54-26м-2020	Плов из булгура с курицей	200	21,68	312,3	13,7	8,6	38,7
	389 стр274	Сок фруктовый	200	16,00	84,8	1	0	20,2
	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
			ИТОГО:	515	45,06	586,67	19,5	15,19

Повар: *И.Н. Яворская*

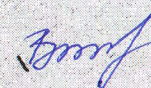
И.Н. Яворская


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

МЕНЮ
МБОУ ООШ № 21
«07» декабря 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	№115 стр.75	Икра кабачковая	60	6,36	71,4	1,14	5,34	4,62
	№54-26м-2020	Плов из булгура с птицей	200	21,68	312,3	13,7	14,6	38,7
	№389 стр.274	Сок фруктовый	200	16,00	84,8	1	0	20,2
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	40	2,57	94	3,04	0,32	19,68
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	30	2,55	52,2	1,98	0,36	10,02
	№112 стр.73	Яблоки	150	9,23	70,5	0,6	0,6	14,7
			ИТОГО:	680	58,39	685,20	21,46	21,22

Повар:



И.Н.Яворская