

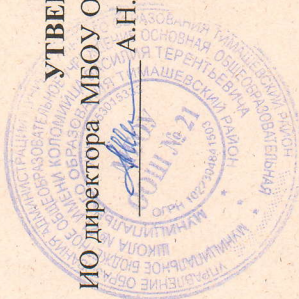




УТВЕРЖДАЮ:

ИО директора МБОУ ООШ № 21

А.Н.Мочалова



МЕНЮ

МБОУ ООШ № 21

«19» сентября 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	54-3з-2020	Помидоры свежие порционно	60	3,19	13	0,66	0,12	2,28
	54-20м-2020	Говядина отварная	60	66,09	193	17	13,7	0,4
	331	Каша пшенная вязкая	150	6,88	150	4,09	4,7	22,74
	494	Чай с лимоном витаминизированный	200	3,35	61	0,1	0,05	15,2
	108	Хлеб пшеничный	36	2,38	85	2,74	0,29	12,71
	109	Хлеб ржаной	55	4,03	96	3,63	0,66	18,37
			Йогурт в промышленной упаковке	150	30,00	130,5	7,5	4,8
		ИТОГО:	711	115,92	728,5	35,72	24,32	84,45

Повар:

И.Н. Яворская