



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

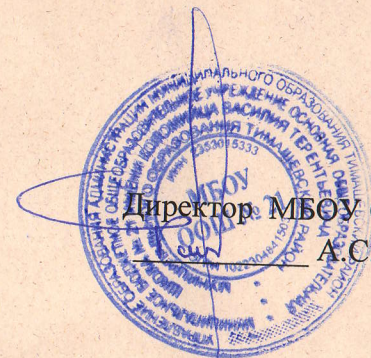
**МЕНЮ**  
**МБОУ ООШ № 21**  
**«05» декабря 2022 год**

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 7 до 11 лет	44 стр36	Салат из белокочанной капусты и свеклы	50	2,40	47	0,8	3,55	2,95
	54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	150	22,30	160,4	9,6	11,5	4,7
	500 стр351	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	7,79	113	2,9	2	20,9
	108 стр72	Хлеб пшеничный	30	1,93	70,5	2,28	0,24	14,76
	109 стр72	Хлеб ржаной	20	1,70	34,8	1,32	0,24	6,68
	54-2в-2020	Коржик молочный	50	20,00	187,5	3,25	5,62	31
		ИТОГО:	500	56,12	613,2	20,15	23,15	80,99

Повар: *[Signature]*

И.Н.Яворская





МЕНИЮ  
Директор МБОУ ООШ № 21  
А.С.Денисенко

МЕНИЮ  
МБОУ ООШ № 21  
«05» декабря 2022 год

Приём пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак от 12 лет и старше	№ 44 стр. 36	Салат из белокачанной капусты и свеклы	80	3,84	75,2	1,28	5,68	4,72
	№ 54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	200	32,91	214	12,9	15,3	6,2
	№ 500 стр 351	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	7,79	113	2,9	2	20,9
	№ 108 стр 72	Хлеб пшеничный	40	2,57	94	3,04	0,32	19,68
	№ 109 стр 72	Хлеб ржаной	30	2,54	52,2	1,98	0,36	10,02
	№ 112 стр 73	Плоды свежие бананы	140	14,00	134,4	2,1	0,7	29,4
		ИТОГО:	690	63,65	682,80	24,20	24,36	90,92

Повар:

И.Н.Яворская