



УТВЕРЖДАЮ:
 директор МОУ «Печниковская СШ»

 Т.В.Давыдова
МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ
9 апреля

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда грамм	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша пшеничная	200	8,64	11,06	44,32	312,00	173	11,78
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1,85
	3. Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	377	3,06
итого за завтрак		425	11,14	11,38	73,52	444,00		
обед	1. Салат картофельный	120	2,10	7,42	11,09	119,40	42	16,14
	2. Борщ с кваш капустой	250	1,80	4,92	10,93	103,75	82	18,46
	3. Каша рассыпчатая из риса	150	3,60	5,37	36,68	209,70	304	6,62
	4. Котлета рыбная из фарша минтая	100	10,90	12,78	13,32	211,67	234	20,36
	5. Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1,85
	6. Сок натуральный абрикосовый	200						7,52
итого за обед		850	20,08	30,79	87,02	713,52		
полдник	1. Творожная запеканка	150	25,58	19,35	63,51	472,50	223	41,56
	2. хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1,85
	3. Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	376	1,89
итого за полдник		375	68,18	81,25	266,55	2029,54		
ужин								
итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	
итого за день		1650	99,40	123,42	427,09	3187,06		

Старший повар: 
 Повар: 