



УТВЕРЖДАЮ:
 директор МОУ «Печниковская СШ»
 Т.В.Давыдова

МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ
4 Марта 2021г

Прием:	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша пшеничная	200	8,64	11,06	44,32	312,00	182	10-47
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1-85
	3. Компот из сухофруктов	200	0,13		15,00	62,00	377	2-90
итого за завтрак		425	11,14	11,36	73,32	444,00	559	
обед	1. Салат из помидор	120	1,32	7,33	5,48	93,24	23	18-76
	2. Суп молочный с м/и	250	5,47	4,75	17,96	150,00	120	10-86
	3. Греча отварная	150	8,60	6,09	38,64	243,75	302	7-26
	4. Кура запеченая	100	23,36	26,58	0,08	3334,00	293	33-04
	5. Хлеб ржано-пшен	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1-85
	6. Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	377	2-77
итого за обед		850	40,56	45,07	92,36	3951,99	1115	
полдник	1. БЛИНЫ с мясом	130	6,96	8,85		108,00	15	12-50
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1-85
	3. Йогурт фруктовый	200	5,13	1,90	7,40	66,90		
итого за полдник		255	14,46	11,05	21,40	244,90	15	
итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	
итого за день		1530	66,16	67,48	187,08	4640,89	1689	

Старший повар: *Александр*
 Повар: *Александр*