



УТВЕРЖДАЮ:

директор МОУ «Печниковская СШ»

Т.В. Давыдова

**МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ**  
**9 февраля 2021г**

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда грамм	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша ячневая на /м	200	7,31	11,00	39,00	286,00	174	11-53
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1-75
	3. Компот ягодный	200	0,48	0,20	32,00	133,00	347	6-87
	итого за завтрак	425	10,16	11,50	85,00	489,00	521	
обед	1. Салат из свежей кап	120	1,57	3,90	7,80	72,50	45	10-06
	2. Суп гороховый	250	5,49	5,30	17,00	148,00	102	16-16
	3. Жаркое - по домашн	250	23,14	26,00	24,00	421,00	259	26-25
	4. Хлеб ржано-пшен	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1-75
	5. Чай с сахаром	200	0,53		9,50	40,00	376	1-61
	итого за обед	850	32,41	35,50	73,30	750,50	782	
полдник	1. Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,30	62,80	209	6-60
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1-75
	3. Сок грушевый	200	1,00	0,20	20,00	424,00	389	6-70
	итого за полдник	265	73,27	76,10	180,90	2057,80	2162	
ужин								
	итого за ужин	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	
	итого за день	1540	115,84	123,10	339,20	3297,30	3465	

Старший повар:

Повар:

*С. С. Сидорова*  
*А. В. Сидорова*