



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОУ «Печниковская СШ»

*Г.В. Давыдова*  
Г.В. Давыдова

**МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ  
16 марта 2021г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда грамм	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша рисовая н/м	200	5,92	3,60	53,00	294,00	174	
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		
	3. Какао на молоке	200	3,87	0,70	26,00	125,00	382	
	4. Колбаса порционная	30	6,78	6,27	0,00	84,00	16	
итого за завтрак		455	18,94	10,87	93,00	573,00	572	
обед	1. Салат огурцы и помидоры	120	1,16	7,30	4,40	84,80	24	
	2. Рыбный суп	250					270	
	3. Греча отварная	150	1,50	8,10	52,00	325,00	302	
	4. Котлета говяжья	80	15,85	23,00	14,00	328,00	268	
	4. Хлеб ржано-пшен	30	1,68	0,30	15,00	69,00		
5. Компот ягодный	200	0,48	0,20	32,00	133,00	347		
итого за обед		830	20,67	38,90	117,40	939,80	1211	
полдник	1. Сыр порционный	30	6,96	8,90	0,28	107,00	15	
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		
	3. Чай с лимоном	200	0,13	0,00	15,00	62,00	377	
итого за полдник		255	50,80	87,00	264,08	2118,60	2814	
ужин								
итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	
итого за день		1540	90,41	136,77	474,48	3631,40	4597	

Старший повар:

Повар: