

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

МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ

29 марта 2021г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша рисовая	200	6,00	10,85	42,95	294,00	174	14,61
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1,85
	3. Какао на молоке	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382	8,25
итого за завтрак		425	12,45	14,69	74,53	482,60	556	
обед	1. Салат из свеж огрцов	120	0,90	7,22	2,82	79,92	20	22,27
	2. Щи с свеж капустой	250	1,77	4,95	7,90	89,75	88	15,02
	3. Макароны отварные	150	5,73	6,08	31,98	205,50	203	4,17
	4. Котлета говяжья	100	16,50	264,20	14,32	344,00	268	42,85
	5. Хлеб ржано-пшен	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1,85
	6. Напиток шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	388	5,31
итого за обед		850	27,26	283,03	92,78	876,37	967	
полдник	1. Печенье с топл. мол.	40						4,13
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1,85
	6. Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	377	2,98
итого за полдник		255	2,50	0,32	29,20	132,00	377	
ужин								
итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	
итого за день		1530	42,21	298,04	196,51	1490,97	1900	

Старший повар: *Белухина*
 Повар: *Орлова*