

УТВЕРЖДАЮ:

директор МОУ «Печниковская СШ»

 Т.В.Давыдова

МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ 5 апреля

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша рисовая на молоке с м/сл	200	5,92	3,60	53,00	294,00	174	14,61
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1,85
	3. Какао на молоке	200	3,87	0,70	26,00	125,00	382	8,25
итого за завтрак		425	12,16	4,60	93,00	489,00		
обед	1. Салат из свежих огурцов и помидор	120	1,16	7,30	4,40	84,80	24	20,30
	2. Суп картофельный с рыбой	250					270	9,53
	3. Каша рассыпчатая из гречи с м/сл	150	1,50	8,10	52,00	325,00	302	8,26
	4. Котлета из мяса говядины	100	16,50	264,20	14,32	344,00	268	43,73
	4. Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1,85
	5. Компот ягодный из вишни	200	0,48	0,20	32,00	133,00	347	10,16
	7. Тушеная свежая капуста	150	3,06	5,52	11,84	115,50	139	15,60
итого за обед		1000	24,38	285,62	129,56	1071,30		
полдник	1. Сыр порционный	25	6,96	8,90		107,00	15	9,16
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1,85
	3. Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	377	2,98
итого за полдник		250	58,22	580,46	288,32	2381,60		
ужин								
итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	
итого за день		1675	94,76	870,68	510,88	3941,90		

Старший повар:

Повар: