

УТВЕРЖДАЮ:

директор МОУ «Печниковская СШ»

Т.В.Давыдова

МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ

1 Марта 2021г

прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	состав			№ рецептуры	ЦЕНА блюда	11
			белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша рисовая на мол.	200	6	10,85	42,95	294	174	11-77
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,3	14	70		1-85
	3. Какао на молоке	200	4,08	3,54	17,58	118,6	382	8-24
итого за завтрак		450	12,45	14,69	74,53	482,6	556	
обед	1. Салат из огурцов и пом.	120	1,16	7,29	4,38	85	24	22-48
	2. Рыбный суп	250					270	9-40
	3. Греча отварная	150	8,6	6,09	38,64	244	302	7-26
	4. Котлета говяжья	100	16,5	264,2	14,32	344	268	43-73
	5. Хлеб ржано-пшеничн	30	3,36	0,3	15	69		1-85
	6. Напиток апельс ин	200	0,45	0,1	33,99	141,2	346	9-67
	7. Капуста тушеная	200	3,06	5,52	11,84	115,5	139	
итого за обед		750	33,13	283,5	118,17	998,7	1349	
полдник	1. Сыр порционный	30	6,96	8,9		108	15	9-68
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,3	14	70		1-85
	3. Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	377	2-97
итого за полдник		250	9,46	9,22	29,2	240	392	
ужин								
итого за ужин		0	0	0	0	0	0	
итого за день		1450	55,04	307,41	221,9	1721,3	2297	

Старший повар:

Повар:

*Березин*  
*Фисер*