



УТВЕРЖДАЮ:

директор МОУ «Печниковская СШ»

Т.В. Давыдова

МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ
11 марта 2021г

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша манная на мол	200	6,11	10,72	21,02	251,00	181	11-07
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1-85
	3. Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	377	3-09
итого за завтрак		425	8,61	11,04	50,22	383,00	558	
обед	1. Салат картофельный	120	6,00	6,45	13,23	135,12	37	12-22
	2. Суп молочный с м/и	250	5,47	4,75	17,96	150,00	120	11-04
	3. Ри сотварной	150	3,60	5,37	36,68	209,70	304	7-15
	4. Рыба запеченая	100	16,16	14,60	4,40	214,00	230	36-83
	5. Хлеб ржано-пшен	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1-85
	6. Напиток яблочный	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342	6-10
итого за обед		850	33,07	31,63	115,15	892,42	1033	
полдник	1. Творожная запеканка	150	25,58	19,35	63,51	472,50	223	40-70
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1-85
	3. Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	376	1-80
итого за полдник		375	28,02	19,67	92,51	602,50	599	
ужин								
	итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
итого за день		1650	69,70	62,34	257,88	1877,92	2190	

Старший повар:

А. С. Сидорова

Повар:

А. С. Сидорова