



УТВЕРЖДАЮ:

директор МОУ «Печниковская СШ»

*Т.В. Давыдова*  
Т.В. Давыдова

**МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ  
12 марта 2021г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда грамм	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша пшеничная	200	8,64	11,06	44,32	312,00	173	18,39
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1,85
	3. Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,60	379	9,57
итого за завтрак		425	14,18	14,04	74,27	482,60	552	
обед	1. Салат из помидор	120	1,32	7,33	5,48	93,24	23	19,27
	2. Борщ с свежей капустой	250	1,80	4,92	10,93	103,75	82	17,52
	3. Греча отварная	150	8,60	6,09	38,64	243,75	302	8,26
	4. Биточки говяжьи	100	16,50	264,20	14,32	344,00	268	43,75
	5. Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1,85
	6. Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	376	1,80
	7. Капуста тушеная	150	3,06	5,52	11,84	115,50	139	9,57
итого за обед		1000	33,03	288,38	111,21	1029,24	1190	
полдник	1. Сыр порционный	25	6,96	8,90		107,00	15	8,07
	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 полдник		250	75,52	585,98	251,62	2297,48	2772	
ужин								
итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	
итого за день		1675	122,73	888,40	437,10	3809,32	4514	

Старший повар: *В. Сергеев*  
Повар: *А. Мещеряков*

Стр. 15  
По