

УТВЕРЖДАЮ:
 директор МОУ «Печниковская СШ»
Давыдова Т.В. Давыдова
МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ
12 апреля

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда грамм	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша рисовая молочная с м/с	200/10	6,00	10,85	42,95	294,00	174	14,91
	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	8,36
итого за завтрак		225	12,45	14,69	74,53	482,60		
обед	1. Салат из свежих огурцов с м/р	120	0,90	7,22	2,82	79,92	20	19,42
	2. Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	88	18,11
	3. Макароны отварные с маслом сл	150/10	5,73	6,08	31,98	205,50	203	4,17
	4. Котлета из мяса говядины	100	16,50	264,20	14,32	344,00	268	43,83
	5. Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1,85
	6. Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	388	5,69
итого за обед		700	27,26	283,03	92,78	876,37		
полдник	1. Сыр порционный	30	6,96	8,85		108,00	15	10,98
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1,85
	3. Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	376	1,89
итого за полдник		55	63,92	575,23	214,56	1990,74		
ужин								
итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00		0
итого за день		980	103,63	872,95	381,87	3349,71		

Старший повар: *Березина*
 Повар: *Орлова*