



УТВЕРЖДАЮ:

директор МОУ «Печниковская СПС»

Т.В.Давыдова

## МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ 15 Февраля 2021г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда грамм	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость блюда
			Белки	жирь	углеводы			
завтрак	1. Каша рисовая	200г	5,92	3,6	53	294	174	14-61
	2. Хлеб пшеничный	25г	2,37	0,3	14	70		1-85
	3. Какао на молоке	200г	3,87	0,7	26	125	382	10-11
итого за завтрак		450	12,2	4,6	93	489	556	
обед	1. Салат из огурцы пом	120г	1,16	7,3	4,4	85	24	23-84
	2. Рыбный суп	250г						9-17
	3. Пюре отварная	150г	1,5	8,1	52	325	302	9-04
	4. Котлета говяжья	100г	15,9	23	14	328	268	43-65
	5. Хлеб ржано-пшеничн	30г	3,36	0,3	15	69		1-85
	6. Напиток ягодный	200г	0,48	0,2	30	133	347	9-47
	7. Капуста тушеная	200г						
итого за обед		750	22,4	38,9	115	940	941	
полдник	1. Сыр порционный	30г	6,96	8,9		107	15	8-07
	2. Хлеб пшеничный	25г	2,37	0,3	14	70		1-85
	3. Чай с лимоном	200г	0,13		15	62	377	2-97
итого за полдник		250	9,46	9,2	29	239	392	
ужин								
итого за день		1200	34,51	43,50	208,40	1429,00	1497	

Старший повар: *А.С.Сидорова*  
 Повар: *С.И.Сидорова*