



УТВЕРЖДАЮ:

директор МОУ «Печниковская СШ»
Т. В. Давыдова

МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ

16 Февраля 2021г

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость блюда
		Вес блюда	Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша ячневая	200г	7,31	11	39	305	190	11-53
	2. Напиток шиповн.с ябл	200г	0,68	0,3	21	88	388	5-31
	3. Хлеб пшеничный	25г	2,37	0,3	14	70		1-85
итого за завтрак		250	10,4	11,6	74	463	578	
обед	1. Салат капустный	120г	1,57	3,9	7,8	72,5	45	10-61
	2. Рассольник ленинградс	250г	2,02	5,1	12	107	96	16-47
	3. Пюре картофельное	150	25,5	24	41	396	244	8-58
	4. Сосиска отварная	50	3,9	3,1	5,5	65	234	14-96
	5. Хлеб ржано-пшеничн	30г	3,36	0,3	15	69		1-85
	6. Чай с сахаром	200г	0,53		9,5	40	376	1-80
итого за обед		800	36,9	36,4	90,8	750	995	
полдник	1. Маннйй пудинг <i>е.с.г.</i>	120г	21,6	25,2	14,4	366	190	14-47
	2. Чай с лимоном	200г	0,13		15	62	377	2-97
ИТОГО за полдник		350	21,8	25,2	29,4	428	567	
ужин								
Итого за день		1050	47,24	48,00	164,80	1212,50	1573	

Старший повар: *А. С. Сидоров*
Повар: *А. С. Сидоров*