

УТВЕРЖДАЮ:
 директор МОУ «Печниковская СШ»
Т.В. Давыдова
МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ
17 мая 2021г

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда грамм | Пищевые вещества | | | Энергетич еская | № 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 | 14,43 |
| | 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 | 9,64 |
| 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 | 23,34 |
| | 2. Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,77 | 4,95 | 7,90 | 89,75 | 88 | 18,44 |
| | 3. Макароны отварные с маслом сл | 150/10 | 5,73 | 6,08 | 31,98 | 205,50 | 203 | 4,16 |
| | 4. Котлета из мяса говядины | 100 | 16,50 | 264,20 | 14,32 | 344,00 | 268 | 44,28 |
| | 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 | 5,57 |
| итого за обед | | 700 | 27,26 | 283,03 | 92,78 | 876,37 | | |
| полдник | 1. Сыр порционный | 30 | 6,96 | 8,85 | | 108,00 | 15 | 11,33 |
| | 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 | 1,81 |
| 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: *Т.В. Давыдова*
 Повар: *Т.В. Давыдова*