

УТВЕРЖДАЮ:


директор МОУ «Печниковская СШ»



Т.В.Давыдова

## МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ 21 апреля

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда грамм	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Вермишель на молоке	200/10	5,47	4,80	18,00	150,00	120	11,54
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1,85
	3. Кофейный напиток на молоке	200	3,17	2,67	15,95	100,60	379	9,63
итого за завтрак		225	11,01	7,77	47,95	320,60		
обед	1. Салат картофельный с рыбой	120	1,67	12,02	7,86	146,10	67	10,67
	2. Щи из свежей капусты с картофел.	250	1,77	4,95	7,90	89,75	88	18,35
	3. Макароны отварные с маслом сл	150/10	5,73	6,08	31,98	205,50	203	4,17
	4. Тефтели из говядины с рисом	100	12,43	13,82	15,73	236,67	279	38,10
	5. Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1,85
	6. Напиток из шиповника	200	4,08	3,54	17,58	118,60	200	5,69
итого за обед		700	27,36	40,71	96,05	865,62		
полдник	1. Омлет натуральный с маслом слив.	150	10,78	19,20	2,04	224,00	210	27,14
	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		175	67,94	100,94	223,14	2085,24		
ужин								
итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	
итого за день		1100	106,31	149,42	367,14	3271,46		

Старший повар: 

Повар: 