



УТВЕРЖДАЮ:
 МОУ «Печниковская СШ»
 Т.В.Давыдова

МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ
5 Февраля 2021г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда грамм	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша пшеничная	200	8,64	11,00	44,00	312,00	173	11-80
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1-75
	3. Компот из кураги	200	0,78	0,05	27,63	98,40	348	5,05
итого за завтрак		425	11,79	11,35	85,63	480,40	521	
обед	1. Слат картофельный	120	1,46	9,40	11,00	134,00	37	11-78
	2. Борщ с кваш капустой	250	1,83	4,90	12,00	98,40	82	17-29
	3. Рис отварной	150	4,87	7,10	49,00	280,00	304	6-83
	4. Котлета рыбная	100	7,79	6,20	11,00	129,00	234	20-58
	5. Хлеб ржано-пшен	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1-75
	6. Чай с сахаром	200	0,53		9,50	40,00	376	1-61
итого за обед		850	18,16	27,90	107,50	750,40	1033	
полдник	1. Творожная запеканка	150	16,47	29,00	3,10	342,00	210	41-46
	2. хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1-75
	3. Сне жок	200	5,60	5,00	22,00	644,00		20.
итого за полдник		375	60,76	90,10	254,10	2556,80	2276	
ужин								
итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	
итого за день		1650	90,71	129,35	447,23	3787,60	3830	

Старший повар: *А. С. Сидорова*
 Повар: *О. В. Сидорова*