Утверждаю

Директор Погорельской основной школы

_____-Г.В.Угланова

МЕНЮ

На «3» февраля 2023года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1	Омлет натуральный с сыром	150	18,6	27,9	2,7	340,5
2.	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
3.	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,5	78,6
4.	Апельсин	180	1	1	15	15
	итого					
обед						
1	Огурец свежий порционный	60	0,8	0,1	2,2	14,4
2.	Рассольник ленинградский	250	1,9	3,2	16	108
3.	Курица, тушёная в соусе	100	12,7	14,4	3,5	203,5
4.	Макаронные изделия отварные	150	5,1	9,1	34,2	244,5
5	Напиток яблочный с в.с.	200	0,2	0,1	33	138
6.	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,5	78,6
7.	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	14,8	68
	Итого					

Повар _____ М.В Комиссарова

Завхоз _____ Н.С. Тараканова