

Утверждаю

Директор Погорельской основной школы

-Г.В.Углова



МЕНЮ

На « 7 » октября 2021 года

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1	Битосек мясной	80	12,7	11,5	12,8	208,8
2	Масорона оваренная	150	5,1	9,1	34,2	244,5
3	Бургер с сыром	30/30	8	8	16,4	160,5
4	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	Итого	480	26	28,7	78,4	673,8
обед						
1	Омлет свиной порционный	40	0,4	0,1	7,5	10,6
2	Суп картофельный с мясом	250	4,6	4,6	16,4	121,8
3	Рагу из курицы	180	12,8	10,7	15,2	208
4	Напиток из свеклы морков. с вет.с.	200	0,4	0	48,6	142
5	Хлеб мякишиный	25	2	0,3	12,8	65,5
6	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	14,8	69
7	Печенье	20	1,3	7,0	11,8	70,5
	Итого	745	23,6	23	122,3	686,9

Повар *Комс* - М.В Комиссарова

Завхоз *Отм* - Н.С. Тараканова