



Утверждаю

Директор Погорельской основной школы

Г.В. Углова

МЕНЮ

На « 8 » февраля 2022 года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1	Котлет из мяса кур	80	14,8	11,9	13,6	216
2	Картофельное пюре	150	3,2	6,8	21,9	163,5
3	Огурец соевый порог.	20	0,2	0	0,5	2,8
4	Чай с сахаром	200	-	-	16	62
5	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,5	78,6
6	Фрукты	125	1	1	13	16
	Итого	605	21,7	18,5	80,5	538,9
обед						
1	Огурец свежий порог.	40	0,8	0	4,4	23,2
2	Суп картофельный с грибами консервами	250	5	3,3	20,5	132,6
3	Печенье по-старому - лисси	80	10,8	10,8	3,2	156
4	Яс отварной с морями сиб.	150	3,8	6,1	38,8	228
5	Компот из смеси сухофруктов с вкл с.	200	0,6	0	31,4	124
6	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,5	78,6
7	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	14,8	69
	Итого	780	25,4	20,9	128,7	811,4

Повар *Комф* М.В Комиссарова

Завхоз *Комф* Н.С. Тараканова