

Утверждаю

Директор Погорельской основной школы

-Г.В.Углова



МЕНЮ

На «10» марта 2023 года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1	Оладьи со смородиной	150/30	11,1	13,1	68,7	441
2	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	62
3.	Йогурт фруктовый	115	3,5	3,1	17,3	112,5
4.	Облово	110	1	1	13	13
	Итого					
обед						
1	Помидор свежий порционной	60	0,4	0,1	1,3	8,0
2.	Суп из овощей со сметаной	250	2,7	4,7	8,6	89,2
3.	Потляк рыбная	90	8	6,4	10	133,2
4.	Картофельное пюре	180	3,8	8,2	26,2	136,2
5	Напиток обловоный с ви С.	200	0,2	0,1	33	142
6.	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	14,8	68
	Итого					

Повар Кулз - М.В Комиссарова

Завхоз Ф.т.т. - Н.С. Тараканова