

Утверждаю

Директор Цюгорельской основной школы

Г.В. Угланова



МЕНЮ

На «12» октября 2021 года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1.	Творожки мясные с яблок. соуса	70/50	11,7	14,6	11,1	222,5
2.	Масленики из ржаной отрубей	150	5,1	9,1	34,2	244,5
3.	Бутерброд с сыром	30/30	8	8	16,4	160,5
4.	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	62
	Итого	530	25,1	31,8	76,8	689,5
обед						
1	Полдиф с ветчиной порционной	55	0,6	0	2,2	14
2.	Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,6	22,3	107
3.	80	8,5	22,6	2,3	247,2	
4.	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	7,8	42,6	278
5.	Копченая сельдь с ай.с.	200	0,2	0,1	33	138
6.	Хлеб мякишковый	30	2,4	0,3	15,4	78,6
7.	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	14,8	68
	Итого	785	28,5	36,7	132,6	992,8

Повар *Комс* М.В Комиссарова

Завхоз *Отм* Н.С. Тараканова