

Утверждаю

Директор Погорельской основной школы

Г.В. Угланова



МЕНЮ

На «13» октября 2021 года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1	Оладьи с молоком и фруктами	100/50	11,1	13,1	68,7	441
2	Чай с кусочком сахара	200	0,2	0,1	10	40
3	Банан	180	0,8	0,8	17,8	85,5
	Итого	530	12,1	14	96,5	566,5
обед						
1	Омлет свиной порционный	40	0,5	0,1	1,5	9,6
2	Суп с макар. изделиями и курицей	250	4,9	6,7	15,8	145
3	Шницель из говядины	80	12,7	11,5	12,8	208,8
4	Салат овощной	150	3,5	7,6	16	145,5
5	Компот из смеси сухофруктов с в.с.	200	0,6	0	31,4	124
6	Хлеб пшеничный	25	2	0,3	12,8	65,5
7	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	14,8	69
	Итого	775	26,1	26,5	105,2	967,4

Повар *Комар* - М.В Комиссарова

Завхоз *Тараканова* - Н.С. Тараканова