

Утверждаю

Директор Погорельской основной школы

Г.В. Углова



МЕНЮ

На «14» сентября 2021 года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1.	Печенье мясное с маслом. соусаи.	70/50	11,7	14,6	11,1	222,5
2.	Масленица урюжная овсяная	150	5,1	9,1	34,2	244,5
3.	Булочки 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	76,9	689,5
обед						
1.	Полдизор светлый порционный	55	0,6	0	2,2	14
2.	Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,6	22,3	167
3.	Тунец у говядины	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 вином	200	0,2	0,1	33	138
6.	Хлеб пшеничный	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 *Комиссарова* М.В Комиссарова

Завхоз *Тараканова* Н.С. Тараканова