

Утверждаю

Директор Погорельской основной школы



-Г.В.Углонова

МЕНЮ

На «14» декабря 2022 года

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1	Медовик с маковым сушённым	180	11,1	13,1	68,7	441
2.	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	62
3.	Йогурт фруктовый	145	3,5	3,1	17,3	112,5
4.	Сливки	110	1	1	13	13
	ИТОГО					
обед						
1.	Суп с миксированными и курицей	250	4,9	6,7	15,8	145
2.	Минипельмени мясной	90	14,6	15,8	14,4	235
3.	Резь овощное	150	3,5	7,6	16	145,5
4.	Компот из смеси сухофруктов с в.с.	200	0,6	0	31,4	124
5.	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,3	52,4
6.	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	14,8	69
	Итого					

Повар *Комиссарова* М.В Комиссарова

Завхоз *Тараканова* Н.С. Тараканова