

Утверждаю

Директор Погорельской основной школы



Г.В. Углонова

МЕНЮ

На «16» декабря 2022 года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1	Омлет натуральный с сыром	150	11,6	27,9	2,7	340,5
2	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
3	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,5	78,6
4	Апельсин	180	1	1	15	15
ИТОГО						
обед						
1	Огурец свежий порционный	60	0,8	0,1	2,2	14,4
2	Рассольник Ленинградский	250	1,9	3,2	16	108
3	Кура, тушеная в соусе	100	12,7	14,4	3,5	203,5
4	Макаронные изделия отварные	150	5,1	9,1	34,2	244,5
5	Копченое вяленое с вет. с.	200	0,2	0,1	33	138
6	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,5	78,6
7	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	14,8	68
Итого						

Повар *Куз* - М.В Комиссарова

Завхоз *В.т.* - Н.С. Тараканова