



Утверждаю

Директор Погорельской основной школы

Г.В. Углова

### МЕНЮ

На «17» сентября 2021 года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1.	Омлет картофельный с сыром	150	16,6	27,9	2,7	340,5
2.	Бутерброд с сыром	30/30	10	10	20,6	160,5
3.	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	Итого	415	28,8	38	38,3	561
обед						
1	Дальний светлый картофельный	30	0,4	0,1	1,3	9,0
2.	Рассольник Ленинградский	250	1,8	3,2	16	108
3.	Курица тушеная в соусе	80	10,2	11,5	2,8	162,8
4.	Макаронные изделия отварные	150	5,1	9,1	34,2	244,5
5.	Конфит аляскинский с ветс.	200	0,2	0,1	33	138
6.	Хлеб пшеничный	25	2	0,3	12,8	65,5
7.	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	14,8	69
8.	Печенье	30	2,3	4,4	18	110
	Итого	765	24	28	134	905,8

Повар *Ком* М.В Комиссарова

Завхоз *От* - Н.С. Тараканова