

Утверждаю

Директор Погорельской основной школы

- Г.В. Угланова



МЕНЮ

На «20» октября 2021 года

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1	Запеканка творожная со смородиной	150/50	30,2	17,9	57,9	486
2	Чай без сахара	200	0,04	0,01	0	23
3	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,3	52,4
	Итого	420	31,84	18,11	68,2	541,7
обед						
1	Паштет свиной порционный	35	0,3	0	0,7	4
2	Борщ из св. капусты с картоф. и сметаной	250	2,3	6,7	13,4	123,2
3	Тефтели мясные с томат. соусом.	50/30	7,7	9,6	9	154,9
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	7,8	42,6	279
5	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	19,8	92
6	Копченая сельдь с виц.с	200	0,2	0,1	33	138
7	Хлеб пшеничный	30	2,6	0,4	19,8	92
	Итого	785	24,2	24,9	133,9	868,7

Повар *Ком* М.В Комиссарова

Завхоз *Тм* - Н.С. Тараканова