Утверждаю

Директор Погорельской основной школы

_____-Г.В.Угланова

МЕНЮ

На «22» декабря 2021года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1	Запеканка творожная со сгущёнкой	150/30	30,2	17,9	51,9	496
2	Чай без сахара	200	0,04	0,01	0	0,3
3.	Яблоко	120	0.5	0,5	12	57,2
	итого	500	30,74	18,41	63,9	553,5
обед						
1	Помидор свежий порционно	30	0,3	0	0,7	4
2	Борщ из св.капусты с картофелем и сметаной	250	2,3	6.7	13,4	122,2
3	Тефтели мясные с томатным соусом	50/20	7.7	9.6	9	154.9
4.	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	7,8	42,6	278
5	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	19,8	92
6.	Напиток апельсиновый с вит.с.	200	0,2	0,1	33	138
	Итого	750	21,8	24,6	118,5	780,1

Повар _____ М.В Комиссарова

Завхоз _____ Н.С. Тараканова