

Утверждаю

Директор Погорельской основной школы



*Г.В. Угланова* - Г.В. Угланова

МЕНЮ

На «*23*» *марта* 2023 года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1.	<i>Биточки смешные</i>	<i>90</i>	<i>14,6</i>	<i>15,8</i>	<i>14,4</i>	<i>235</i>
2.	<i>Масарона отварная</i>	<i>150</i>	<i>5,1</i>	<i>9,1</i>	<i>34,2</i>	<i>244,5</i>
3.	<i>Бууратор с сыром</i>	<i>30/20</i>	<i>7</i>	<i>7</i>	<i>15,4</i>	<i>110</i>
4.	<i>Чай с сахаром</i>	<i>200</i>	<i>0,2</i>	<i>0,1</i>	<i>15</i>	<i>60</i>
5.	<i>Слива</i>	<i>100</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>13</i>	<i>13</i>
	ИТОГО					
обед						
1.	<i>Огулец светлый порционный</i>	<i>60</i>	<i>0,8</i>	<i>0,1</i>	<i>2,2</i>	<i>14,4</i>
2.	<i>Суп картофельный с яйцом</i>	<i>250</i>	<i>4,6</i>	<i>4,6</i>	<i>16,4</i>	<i>121,8</i>
3.	<i>Рагу из курицы</i>	<i>180</i>	<i>12,8</i>	<i>10,7</i>	<i>15,2</i>	<i>208</i>
4.	<i>Напиток из св. молока с в.с.</i>	<i>200</i>	<i>0,4</i>	<i>0</i>	<i>33,6</i>	<i>142</i>
5.	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30</i>	<i>2,4</i>	<i>0,3</i>	<i>15,5</i>	<i>72,6</i>
6.	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>30</i>	<i>1,9</i>	<i>0,3</i>	<i>14,8</i>	<i>69</i>
	Итого					

Повар *Г.В. Угланова* М.В Комиссарова

Завхоз *Н.С. Тараканова* Н.С. Тараканова