

Утверждаю

Директор Погорельской основной школы

-Г.В.Углова



МЕНЮ

На «29 марта» 2022 года.

№	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
завтрак						
1	Тедраги мясные с томатным соусом	70/50	11,7	14,6	11,9	222,5
2	Макаронные изделия отварные	150	51,1	9,1	24,2	244,5
3	Бутерброд с сыром	30/20	7	7	15,4	110
4	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	62
5	Салат	120	1	1	13	13
	Итого	640	25,1	31,8	86,9	652
обед						
1	Помидор свежий порционный	35	0,4	0,1	1,3	810
2	Суп картофельный с горохом	250	6,2	51,6	22,3	167
3	Тушеный кабачок	80	2,5	22,6	2,3	247,2
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	7,8	42,6	249
5	Компот апельсиново-ябл. с в.с.	200	0,2	0,1	33	138
6	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	14,8	69
	Итого	745	25,9	36,5	117,3	909,2

Повар *Ком* М.В Комиссарова

Завхоз *Тм* Н.С. Тараканова