Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я

Согласовано:
Директор МАОУ
Прииртышская СОШ
М.М. Быкова

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

на 08 декабря 2021 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход масссы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
	Экспресс - завтрак						
	Кондитерское изделие	30	2,9	7	7,2	188,00	9,95
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	2,45
	Итого за прием пищи					**248,00**	**12,40**
	Горячий завтрак						
	Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	11,54
	Котлета рыбная запеченная	90	9,3	8,3	11,6	158,3	29,00
	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	12,15
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	2,45
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,00
	Йогурт	125	1,8	1,5	4,5	38,70	22,86
	Итого за прием пищи					**489,90**	**80,00**
	Обед						
	Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	10,50
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	2,3	4,9	16,7	120,1	29,45
	Бедро или грудка куриные запеченые	90	14,6	13,6	0,6	183,2	36,00
	Рагу из овощей	150	4,5	8,9	19,2	174,8	18,50
	Сок в ассортименте	200	0,5	0	34	138	10,95
	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,80	2,60
	Хлебржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,30	1,60
	Итого за прием пищи					**624,00**	**109,60**

Мед работник
Соц. педагог
Зав столовой