УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы _____ /М.М.Быкова/

МЕНЮ

на « 29 » марта 2022 года (2)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	Завтрак	**600**	**22,7**	**20,5**	**71**	**559,1**	**80,0**
	Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	**7,50**
	Котлета рыбная запеченная	90	9,3	8,3	11,6	158,3	**31,60**
	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	**12,15**
	Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	**12,25**
	Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке	125	1,8	1,5	4,5	38,7	**15,0**
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	**1,50**
	Обед						
	Овощи свежие(огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	**35,50**
	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	250/5	2,3	4,9	16,7	120,1	**39,20**
	Бедро или грудка куриные запеченные домашние	90	14,6	13,6	0,6	183,2	**20,50**
	Рагу из овощей	150	4,5	8,9	19,2	174,8	
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34	138	**10,0**
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	
	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	**4,40**
	Итого за приём пищи	755	**25,1**	**28,1**	**97,4**	**743,1**	**109,60**
	Итого за день		**48**	**49**	**168**	**1302**	