УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы: _____ /М. М. Быкова/

МЕНЮ

на « 16 » февраля 2022 года (10)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	Завтрак	**500**	**20,2**	**16,6**	**74,8**	**529,0**	**80,0**
	Овощи консервированные без уксуса (огурцы) или овощи свежие (огурцы)	60 60	0,5 0,5	0,1 0,1	1 1,3	6,9 7,9	
	Биточки рыбные	90	14	11,6	13	212,4	**50,1**
	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	**18,1**
	Чай «Витаминный»	200	0,7	0,1	19,8	82,9	**8,2**
	Хлеб ржаной или ржаной витаминизированный	20	0,7	0,1	9,4	41,3	**1,6**
	Хлеб пшеничный или пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	**2,0**
	Обед						
	Салат из свеклы с сыром	80	4,6	9,8	6,5	132,6	**9,1**
	Рассольник с мясом, со сметаной	200/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	**43,1**
	Гречка по –купечески с мясом	200	11,8	13,5	32,5	298,7	**43,3**
	Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89,0	**9,5**
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	**1,6**
	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	**3,0**
	Итого за приём пищи	**745**	**23,5**	**29,4**	**98,6**	**752,6**	**109,6**
	Итого за день		**44**	**46**	**173**	**1282**	