

Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я

Согласовано:
Директор МАОУ
Прииртышская СОШ
М.М. Быкова



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА МЕНЮ

на 20 марта 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
Экспресс - завтрак							
табл.25	Кондитерское изделие	100	7	9	55	339	37,00
685	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	3,10
Итого за прием пищи						399,00	40,10
Горячий завтрак							
3	Бутерброд с сыром	30	5,3	3,7	7,2	83,3	15,95
388	Котлета рыбная запеченная	90	9,3	8,3	11,6	158,3	55,29
520	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	18,10
690	Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	14,20
таб 25	Хлеб пшеничный	20	2	0,6	16,2	77,80	2,08
таб 25	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,08
Итого за прием пищи						598,60	107,70
Обед							
70	Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	10,50
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	2,3	4,9	16,7	120,1	29,45
494	Бедро или грудка куриные запеченные	90	14,6	13,6	0,6	183,2	46,11
224	Рагу из овощей	150	4,5	8,9	19,2	174,8	23,60
518	Сок в ассортименте	200	0,5	0	34	138	22,50
таб 25	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,80	4,16
таб 25	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,30	2,08
Итого за прием пищи						743,10	138,40

Мед работник
Соц. педагог
Зав столовой