

Утверждаю:

ИП Семаковская В.Я \_\_\_\_\_



Согласовано:

Директор МАОУ  
Прииртышская СОШ  
М.М. Быкова \_\_\_\_\_

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА  
МЕНЮ**

на 01 апреля 2024г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
<b>Экспресс - завтрак</b>							
таб 25	Выпечное изделие	100	2,9	7	7,2	188,00	37,00
685	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	3,10
	<b>Итого за прием пищи</b>					<b>248,00</b>	<b>40,10</b>
<b>Горячий завтрак</b>							
1,3	Бутерброд с сыром	35	5,8	6,4	7,9	112,4	17,16
311	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26	203,00	29,28
686	Чай с лимоном и апельсином	230	0,2	0	15,5	62,8	14,10
№458	Фрукт Яблоко	186	0,4	0	14,4	59,2	42,74
табл.25	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,2	0,36	8,12	41,6	2,21
таб 25	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,21
	<b>Итого за прием пищи</b>					<b>520,30</b>	<b>107,70</b>
<b>Обед</b>							
362	Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным	80	5,1	8,5	1,4	102,5	14,14
135	Суп из овощей с курицей, со сметаной	265	5,9	6,3	16	144,3	30,25
363	Мясо тушеное	100	10,3	9,9	3,8	145,5	64,18
512	Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166	13,10
590	Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	10,10
табл.25	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,4	0,7	16,2	83,2	4,42
таб 25	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2,21
	<b>Итого за прием пищи</b>					<b>771,80</b>	<b>138,40</b>

Мед работник  
Соц. педагог  
Зав столовой