

**УТВЕРЖДАЮ:**

Исполняющий обязанности  
директора школы:

Л.В.Зуенок

07.12.2021

**Меню приготавливаемых блюд**

на 07.12.2021

Возрастная категория: 12 лет и старше (7день)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Завтрак	Запеканка из творога	200	30,3	19,7	43	478,7	224
	Батон	55	4,1	1,6	28,3	144,1	
	Чай с сахаром	200			12,6	50,3	430
	Апельсин	120	0,4	0,4	10	48,1	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>34,8</b>	<b>21,7</b>	<b>93,9</b>	<b>721,2</b>	
Обед	Салат "Степной"	100	1,8	8,5	9,2	121,5	30
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250	7,5	8,9	17	182,3	84
	Рыба тушеная в томате с овощами	100	16,8	10,1	2,6	168,1	231
	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,3	5,4	44,8	245,1	323
	Сок	200	0,6	0	32	131,9	442
	Хлеб пшеничный	55	4,1	0,3	26,8	126,4	
	Хлеб ржаной	67	4,4	0,6	28,4	136,7	
<b>Итого за обед:</b>		<b>952</b>	<b>39,5</b>	<b>33,8</b>	<b>160,8</b>	<b>1112</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1522</b>	<b>74,3</b>	<b>55,5</b>	<b>254,7</b>	<b>1833,2</b>	

Повар

Киньзябулатова М.Т.

Медицинская сестра

Тиунова О.Б.