

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ  
с.Рсаево Гимазов А.Т.

Меню на 22. 12., 2022

Завтрак( для начальных классов )

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,50
	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
	компот	200	2,40	0,10	41,40	171,00
	Хлеб пшеничный для д/п	50	3,2	0,4	22	134
	Котлеты гов. в томат.соусе	60, /40	9,25	9,84	7,96	157,63
	сыр	10	2,63	2,66		35
	сок	200	2,0	20,2		92
	Итого	610	22,70	21,10	105,43	699,04

Завтрак (для многодетных детей )

	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,50
	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
	компот	200	2,40	0,10	41,40	171,00
	Хлеб пшеничный для д/п	50	3,2	0,4	22	134
	Котлеты гов. в томат.соусе	60, /40	9,25	9,84	7,96	157,63
	сыр	10	2,63	2,66		35
	Итого	610	22,70	21,10	105,43	699,04

	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,50
	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
	компот	200	2,40	0,10	41,40	171,00
	Хлеб пшеничный для д/п	50	3,2	0,4	22	134
	Котлеты гов. в томат.соусе	60, /40	9,25	9,84	7,96	157,63

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/