

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы _____ М. А.
Дромина

**МЕНЮ на
22.09.2022**

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценност ь |
|--------------------|-------------------|-------|---------------------|---|---|--------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Вариант 9

**Сборник рецептур блюд при
общеобразоват.
школах под редакцией
В.Т.Лапшиной 2004
Сборник
рецептур В.А.Тутельяна 2011**

Завтрак

| | | | | | | |
|----------|--------------------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| 120/2017 | Суп молочный с макаронными изделиями | 300 | 6,56 | 5,69 | 23,25 | 180 |
| 338/2017 | Фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| 14/2017 | Масло порциями | 10 | 0,8 | 7,25 | 0,13 | 66 |
| 701/2010 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,08 | 0,96 | 21,36 | 106,40 |
| 382/2017 | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6 |
| | Итого | 660 | 15,7 | 18,1 | 77,5 | 544,6 |

Обед

| | | | | | | |
|----------|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 23/2017 | Нарезка овощная | 100 | 0,08 | 0,08 | 5,07 | 12 |
| 135/2004 | Рассольник ленинградский (перловка) | 250 | 3,37 | 10,75 | 20,475 | 168,75 |
| 261/2017 | Печень тушеная в соусе | 100 | 12,8 | 9,12 | 4,42 | 165 |
| 171/2017 | Каша рассыпчатая пшеничная | 180 | 7,99 | 11,003 | 47,06 | 316,8 |
| 388/2017 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,67 | 0,27 | 20,76 | 88,2 |
| 701/2010 | Хлеб пшеничный | 40 | 2,53 | 0,45 | 17,4 | 87,6 |
| 702/2010 | Хлеб ржано - пшеничный | 40 | 2,53 | 0,45 | 17,4 | 87,6 |
| | Итого | 890 | 29,24 | 31,87 | 125,47 | 889,1 |

Повар

Н. И. Ситникова