

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы _____ М. А. Дромина

МЕНЮ на 27.09.2022

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

Вариант 2
Сборник рецептур блюд при
общеобразоват.
школах под редакцией
В.Т.Лапшиной 2004 Сборник
рецептур В.А.Тутельяна 2011

Завтрак

101/2004	Икра кабачковая консервированная	100	1,6	1,6	10,3	104
271/2017	Котлеты домашние с соусом	100/20	7,9	12,3	10,6	180
203/2017	Макароны отварные с маслом	180	6,9	7,3	38,4	247
378/2017	Чай с молоком	200	1,5	1,4	16	81
701/2010	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,7	16,02	80
	Итого	630	20,1	32,2	91,1	691,40

Обед

71/2017	Помидор свежий	100	0,7	0,1	2,3	13,2
88/2017	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,3	6,3	10,3	87,2
771/2017	Котлеты домашние с соусом	100/20	7,8	12,3	10,6	180
203/2017	Макароны отварные с маслом	180	5,7	6,08	32	205,5
349/2017	Компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
701/2010	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,6	72,6
702/2010	Хлеб ржано - пшеничный	40	2,3	0,45	17,4	65,7
	Итого	920	23,6	26,8	126,5	748,2

Повар

Н. И. Ситникова