

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы _____ М. А.
Дронова

МЕНЮ на 20.10.2022

№ 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