

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора
МБОУ «Напольновская СОШ»
от 28.08.2020 № 76

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: 12 лет и старше

на « 7 » сентября 2022 г

Наименование блюда	Норма по СР	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл
Третий день (среда)						
Завтрак						
Запеканка творожная	366*	55	7,70	4,13	8,80	331,00
Какао с молоком	686*	200	0,26	0,06	15,22	59,00
Хлеб пшеничный		50	3,90	0,05	26,50	132,00
Итого:		305	12,24	17,71	58,3	687
Обед						
Салат из кваш. капусты с раст.маслом	45*	100	1,60	5,07	8,33	87,00
Суп картоф. с макарон. изделиями	112/2011	250	2,57	2,8	15,7	109
Рыба припущенная с соусом	451*	100(60/40)	9,54	12,96	9,6	175
Пюре картофельное	520*	180	3,87	6,68	26,41	197,00
Компот из изюма	638*	200	0,36	0	33,16	128
Хлеб ржаной		60	4,2	0,72	27,42	126,00
Итого:		890	22,14	28,23	120,62	822
Полдник						
Пряник	741*	50	6,65	1,8	5,95	148,00
Напиток лимонный	699*	200	0,14	0,02	24,43	96
Итого:		250	7,24	1,92	34,43	264
Всего:		1445	41,62	47,86	213,35	1773

Повар: _____ Н.А. Стёксова