

Директор МБОУ «Напольновская СОШ»

_____ Герасимов В.В.

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

на « 19 » сентября 2022 г

| Наименование блюда | Норма по СР | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | |
|----------------------------------|-------------|------------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калл |
| Первый день (понедельник) | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Каша гречневая вязкая | 508* | 180 | 10,51 | 7,94 | 51,70 | 325 |
| Булочка домашняя | 769* | 50 | 3,75 | 6,60 | 30,45 | 197 |
| Компот из изюма | 638* | 200 | 0,36 | 0 | 33,16 | 128 |
| Итого: | | 430 | 41,29 | 51,32 | 84,22 | 720 |
| Обед | | | | | | |
| Огурцы свежие | | 100 | 0,79 | 10,07 | 3,02 | 105 |
| Суп картофельный с горохом | 139* | 250 | 5,89 | 4,65 | 19,98 | 147,00 |
| Котлеты рубленные с соусом | 498* | 100(60/40) | 13,09 | 9,30 | 13,35 | 191,00 |
| Макароны отварные | 516* | 180 | 6,38 | 5,87 | 42,62 | 253,00 |
| Чай с фруктовым соком | 79* | 200 | 0,34 | 0,02 | 24,42 | 126,00 |
| Хлеб ржаной | | 60 | 4,2 | 0,72 | 27,42 | 126 |
| Итого: | | 890 | 30,69 | 30,63 | 130,81 | 948 |
| Полдник | | | | | | |
| Ватрушка с повидлом | 741* | 40 | 1,20 | 4,30 | 22,00 | 132,00 |
| Напиток лимонный | 699* | 200 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 96 |
| Итого: | | 240 | 1,34 | 4,32 | 46,43 | 228 |
| Всего: | | 1560 | 73,32 | 86,27 | 261,46 | 1896 |

Повар: _____ Н.А. Стёксова