

Директор МБОУ «Напольновская СОШ»

_____ Герасимов В.В.

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

на « 20 » декабря 2022 г

Наименование блюда	Норма по СР	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл
Второй день (вторник)						
Завтрак						
Омлет натуральный	97*	20	4,60	5,80	0,00	72,00
Кофейный напиток	692*	200	2,9	2,7	16	101
Хлеб пшеничный		100	0,9	0,2	8,1	40
Итого:		320	41,29	51,32	84,22	720
Обед						
Салат из белокочанной капусты	43*	100	1,33	3,33	6,50	60,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	110*	250	1,80	6,20	9,00	107,00
Тефтели рубленые с соусом	462*	105(70/35)	10,15	16,54	12,02	238,00
Каша гречневая рассыпчатая	508*	180	10,51	7,94	51,70	325,00
Компот из смеси сухофруктов	639*	200	0,44	0	28,88	116,00
Хлеб ржаной		60	4,2	0,72	27,42	126,00
Итого:		715	28,43	34,73	135,52	972
Полдник						
Булочка творожная	741*	50	6,65	1,8	5,95	148,00
Сок фруктовый	699*	200	1,4	0,2	26,4	120,00
Итого:		250	8,05	2,0	32,35	268,00
Всего:		1285	36,48	88,05	252,09	1960

Повар: _____ Н.А.Стёксова