

Утверждаю:
 Директор МКОУ «СОШ
 О.В. Устьякин



Горячий завтрак №4

09.03 Дата

для учащихся 1-4 классов

Наименование блюда	масса порции	Химический состав			
		белки	жиры	углеводы	эн.цен (ккал.)
Салат из свежих помидоров и огурцов 100	100	0.76	4.12	2.47	49.9
Плов из отварной говядины 200	200	15.32	14.73	38.58	348.3
Чай с сахаром 200	200	0.19	0.04	6.42	26.8
Хлеб ржаной 20	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Хлеб пшеничный 25	25	1,9	0,2	12,3	58,6
ИТОГО 545	545	19,7	20,2	67,1	530,2

Завхоз: Вашурина Г.М. 

Повар: Петухова С.Н. 