

Утверждаю:  
 Директор МКОУ НСОШ  
 О.В. Устьягин



**Горячий завтрак №4**

**для учащихся 1-4 классов**

22.09 \_\_\_\_\_ Дата

	Наименование блюда	масса порции	Химический состав			Эн.цен (ккал.)
			белки	жиры	углеводы	
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-53	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов</b>	<b>100</b>				
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-11м	<b>Плов из отварной говядины</b>	<b>200</b>	15.32	14.73	38.58	348.3
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-2гн	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	0.19	0.04	6.42	26.8
Пром. Произв.	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром. Произв.	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	1,9	0,2	12,3	58,6
	<b>ИТОГО</b>	<b>545</b>	<b>19,7</b>	<b>20,2</b>	<b>67,1</b>	<b>530,2</b>

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.