



Утверждено: 10.10.2022
 Директор МКОУ НСОШ
 О.В. Устюжин

Горячий завтрак №4

для учащихся 11-18 лет

Меню на питание и кв. питания

10.10 Дата

№ рецеп.	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	Салат из свежих помидоров и огурцов	100				
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-11м	Плов из отварной говядины	250	19,1	18,4	48,2	435,3
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-2гн	Чай с сахаром	200	0.19	0.04	6.42	26.8
Пром. Произв.	Хлеб ржаной	20	2	0,4	10	51,2
Пром. Произв.	Хлеб пшеничный	25	3	0,3	19,7	93,8
	ИТОГО	620	25,2	24,2	86,2	664,1

Завхоз: Васьурин Г.М.

Повар: Петухова С.Н.