



Утверждаю:

Директор МКОУ ЦОШ

О.В. Усехин

Горячий завтрак №2

для учащихся 11-18 лет

Меню и рецептура

21.02

Дата

	Наименование блюда	масса порции	Химический состав белки	жиры	углеводы	эн.цен (ккал.)
Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-Б3	<b>Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами</b>	<b>100</b>	1.36	6.6	2.15	73.4
Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-Б3	<b>Запеканка картофельная с говядиной</b>	<b>180</b>	23.56	23.17	26.46	408.7
Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-Б3	<b>Чай с лимоном и сахаром</b>	<b>200</b>	0.25	0.05	6.61	27.9
Пром. Произв.	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром. Произв.	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>	1,5	0,2	9,8	46,9
	<b>ИТОГО</b>	<b>570</b>	<b>30,9</b>	<b>35,1</b>	<b>63,2</b>	<b>691,3</b>

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.