



Утверждаю:  
 Директор МКОУ ИСОШ  
 О.В. Устьяхин

22.03

Дата

**Горячий завтрак №33 для учащихся 11-18 лет** *использованные и род. масса*

№ рец.	Наименование блюда	масса порции	Химический состав			Эн.цен (ккал.)
			белки	жиры	углеводы	
			6.96	8.85	0	107.5
	<b>Сыр твердых сортов в нарезке</b>	<b>30</b>				
	<b>Каша жидкая молочная манная</b>	<b>200</b>	5.35	5.74	25.29	174.3
	<b>хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>	4,6	0,5	29,5	140,6
	<b>Сок абрикосовый</b>	<b>200</b>	1	0	25,4	105,6
	<b>Мандарин</b>	<b>100</b>	0,8	0,2	7,5	35
	<b>ИТОГО</b>	<b>590</b>	<b>18,7</b>	<b>15,3</b>	<b>87,7</b>	<b>562,9</b>

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.