



Утверждаю: Директор МКОУ НСОШ О.В. Устюжнин
 Горячий завтрак №4 для учащихся 11-18 лет
 № 54-11м
 Палецкая
 МКОУ
 Дата 23.03
 Лыжное питание и ред. Питание

№ рец.	Наименование блюда	масса порции	Химический состав				эн.цен (ккал.)
			белки	жиры	углеводы		
	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0.76	4.12	2.47		49.9
	Плов из отварной говядины	250	19,1	18,4	48,2		435,3
	Чай с сахаром	200	0.19	0.04	6.42		26.8
	Хлеб ржаной	20	2	0,4	10		51,2
	Хлеб пшеничный	25	3	0,3	19,7		93,8
	ИТОГО	620		25,2	86,2		664,1

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.