



Утверждаю:
 Директор МКОУ НООШ
 О.В. Устьягин

Горячий завтрак №4
 для учащихся 11-18 лет
 24.08
 Дата
 Любимое питание и род. место

№ 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	24,2	86,2	664,1	

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.