

Утверждаю:
 Директор МКОУ НСОШ
 О.В. Устюжин



16.09

Дата

Горячий завтрак №7 для учащихся 11-18 лет

Уютное питание и настроение

	№ рецеп.	Наименование блюда	масса порции	Химический состав			жир	углевод	эн. цен (ккал.)
				белки	жиры	углевод			
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-4г		Каша гречневая рассыпчатая	250	13,7	10,6	59,9	389,5		
Пром. Произв.		Тэфтели "Натуральные"	65	8	6,5	4,7	109,1		
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-3 соус		Соус красный основной	40	1,3	1	3,6	28,2		
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-2хн		Компот из кураги	200	0,98	0,05	15,64	66,9		
Пром. Произв.		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9		
Пром. Произв.		Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2		
		ИТОГО	605	27,5	18,8	103,6	691,8		

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.