



Утверждено: ГОТ РАЙОНА
 Директор МКФУ ПСОШ
 О.В. Усманкин

28.09

Дата

Горючий завтрак №9

Для учащихся 11-18 лет

кормить малышей в кор. пище

№ рецеп.	Наименование блюда	масса порции	Химический состав				Эн.цен (ккал.)
			белки	жиры	углеводы		
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	1,4	10,1	6	120,9	
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-26з	Рис с овощами	200	4,3	7,6	34,7	223,7	
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-2р	Рыба, запеченная с сыром и луком	80	12,86	8,83	2,29	140,2	
Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-22зп	Кисель из вишни	200	0,19	0,04	12,95	52,9	
Пром. Произв.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	
Пром. Произв.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	
Пром. Произв.		650	23,6	27,3	82,4	669,9	

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.