



Утверждаю: _____
 Директор МКОУ ДПО СОШ
 О.В. Устюхин
 Дата
 05.04
 Горячий завтрак №9
 для учащихся 11-18 лет

Мясное питание в род. ппана

№ рец.	Наименование блюда	масса порции	Химический состав			ЭН.ЦЕН (ккал.)
			белки	жиры	углеводы	
	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	1,4	10,1	6	120,9
	Рис с овощами	200	4,3	7,6	34,7	223,7
	Рыба, запеченная с сыром и луком	80	12.86	8.83	2.29	140.2
	Кисель из вишни	200	0.19	0.04	12.95	52.9
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	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. *Вр*

Повар: Петухова С.Н. *Сен*