УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №26
А.Н. Шишкин

# МЕНЮ
## ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ
"19" января 2022г.

| прием пищи | раздел | № рецептуры | Сборник рецептур | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность, ккал | Пищевые вещества | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| | гастрон | 15 | 2015 | СЫР РОССИЙСКИЙ | 15 | 8,96 | 54,5 | 3,5 | 4,5 | 0,0 |
| | горячее | 174 | 2015 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ овсяная и маслом сливочным | 200/20 | 17,87 | 231,3 | 7,2 | 10,7 | 26,6 |
| | гор напит | 379 | 2015 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 5,57 | 65 | 0,1 | 0,0 | 15,9 |
| | хлеб | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,6 | 126,7 | 2,5 | 0,3 | 28,6 |
| | | | | **Итого за прием пищи:** | **487** | **34,00** | **562,2** | **12,5** | **12,4** | **99,9** |
| Обед | | | | | | | | | | |
| | закуска | 71 | 2015 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ) | 60 | 3,45 | 8,1 | 0,5 | 0,1 | 1,5 |
| | 1 блюдо | 102 | 2015 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С рисом | 250 | 3,5 | 117,6 | 2,4 | 2,8 | 20,5 |
| | 2 блюдо | 294 | 2015 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 100/5 | 25,45 | 289 | 15,8 | 19,6 | 12,7 |
| | гарнир | 309 | 2015 | Вермишель отварная | 180 | 3,4 | 200 | 6,5 | 0,8 | 41,7 |
| | сладкое | 392 | 2015 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 200 | 2 | 115 | 0,2 | 0,1 | 27,8 |
| | хлеб | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,6 | 126,7 | 2,5 | 0,3 | 28,6 |
| | хлеб | | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,6 | 61,2 | 2,0 | 0,3 | 12,7 |
| | | | | **Итого за прием пищи:** | **855** | **41,00** | **876,3** | **30,7** | **34,4** | **111,1** |
| | | | | Всего за день: | | 75,00 | 1438,5 | 43,2 | 46,8 | 211,0 |

Зав.производством М.М. Щергакова

Экономист по ценам Миргородская ЛА