

«Утверждаю»

*Савицкий*

Директор школы

А.П. Савицкий

Меню на 20.10.2022 г.

Класс	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	469	Запеканка из творога	150	58.91	235	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	2.15	145.2	3.52	3.72	25.49
Обед	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	2.56	76	2.64	0.44	15.04
	закуска	111	Икра кабачковая	60	5.83	94	2.20	4.60	10.88
	1 блюдо	142	Суп рыбный	250	18.03	129	11.62	5.20	18.75
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	250	36.26	491	20.70	16.40	37.90
	напиток	685	Чай с лимоном	200	5.11	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	40	2.56	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	40	1.93	76	2.64	0.44	15.04
					133,34				
Завтрак	гор.блюдо	469	Запеканка из творога	150	62.45	235	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	2.15	145.2	3.52	3.72	25.49
Обед	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	60	3.84	76	2.64	0.44	15.04
	закуска	111	Икра кабачковая	60	5.83	94	2.20	4.60	10.88
	1 блюдо	142	Суп рыбный	300	14.59	129	11.62	5.20	18.75
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	250	42.67	491	20.70	16.40	37.90
	напиток	685	Чай с лимоном	200	5.11	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	60	3.84	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	60	2.89	76	2.64	0.44	15.04
					143,37				

Повар : *Сав* Соколова М.В.