Утверждаю:

Директор МКОУ Мокро-Ольховской СШ

_____ Н.А.Кевпанич

МЕНЮ на 17.03.2021г.

Сборник рецептур блюд при общеобразоват.

школах под редакцией В.Т.Лапшиной 2004 Сборник рецептур В.А.Тутельяна 2011

Завтрак

	Каша рисовая молочная с сахаром	200	8.1	12.83	36.8	295.7	0.17	0.90	69.2	1.6
	Бутерброд с сыром	40	23.7	18.9	25.3	373.1	0	1.80	264.2	2.1
	Фрукты	150	4.67	9.04	21.11	184.17	0.00	0.00	0.00	0.00
686	Чай с сахаром и лимоном	200	0.2	0.1	13.9	55	0	0.00	0	0.04
2	Хлеб пшеничный	30	3.6	0.45	15	141	0.06	0.00	16.56	0.83
	Итого		**40.27**	**41.32**	**112.11**	**1048.97**	**0.23**	**2.7**	**350**	**4.57**

Повар Лясина Н.И.

Утверждаю:

Директор МКОУ Мокро-Ольховской СШ

_____Н.А.Кевпанич

МЕНЮ на 17.03.2021г. - ОВЗ

Обед

	Нарезка овощная (по сезону)	60	0.51	0.12	2.42	12.8	0.035	11.3	13.42	22.03
132	Рассольник " Ленинградский" (перловка) со сметаной	200/10	3	4.5	20.1	135	0	4.7	13	0.4
	Котлеты рубленные из птицы"Вкусняшка"	80	14.57	16.99	7.89	242.82	0.08	9.47	20.29	1.44
520	Картофель отварной с маслом	150/5	3.2	6.8	22	163	0.2	6.7	36	1.2
638	Компот из изюма	200	0.4	0	27.4	106	0	2.8	4	0.6
	Хлеб пшеничный	30	2.7	0.7	16.3	87	0.06	0	7.1	0.6
	Хлеб пеклеванный	20	2.2	0.4	18.8	88	0.08	0	14.2	1.2
	Итого		**26.58**	**29.51**	**114.91**	**834.62**	**0.455**	**34.97**	**108**	**27.47**
	Всего		**66.85**	**70.83**	**227.02**	**1883.59**	**0.685**	**37.67**	**458**	**32.04**

Повар Лясина Н.И.