



Утверждаю  
 Директор МАОУ  
 Прииртышская СОШ  
 М.М. Быкова



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА  
 МЕНЮ**

на 03 сентября 2020года

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
<b>Экспресс - завтрак</b>							
ттк	Кондитерское изделие	30	1,2	3,4	18,5	188,00	9,95
№ 685	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	2,45
<b>Итого за прием пищи</b>						<b>248,00</b>	<b>12,40</b>
<b>Горячий завтрак</b>							
	Бутерброд с сыром	30,10	6,1	4,1	14,5	119	13,95
№ 467	Котлета рыбная запеченая	100	12,4	12,6	15,5	225,00	41,91
№ 520	Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176,00	13,38
№685	Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	114,00	9,65
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,24	6,5	30,00	1,11
<b>Итого за прием пищи</b>						<b>664,30</b>	<b>80,00</b>
<b>Обед</b>							
	Овощи консервированные(огурцы)	30	0,7	0,1	1,3	9	8,8
	Суп Крестьянский с крупой и мясом	250,1	5,4	5,7	17,2	142	16,82
	Котлеты из говядины	100	18,1	14,7	17	273	34,24
	Рис припущенный с овощами	180	4,2	3,7	32,6	181	16
	Компот из сухофруктов +Витамин "С"	200	0,7	0	23,9	98	4,45
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95	3,05
<b>Итого за прием пищи</b>						<b>865</b>	<b>109,6</b>

Мед работник  
 Повар

*Быкова*