



Утверждаю
 Директор МАОУ
 Прииртышская СОШ
 М.М. Быкова



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
 МЕНЮ**

на 04 сентября 2020 года

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
Экспресс - завтрак							
ТТК	Кондитерское изделие	30	1,2	3,4	18,5	166,00	9,95
№ 685	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	63,00	2,45
Итого за прием пищи						229,00	12,40
Горячий завтрак							
	Бутерброд с сыром	20,15	6,4	7,6	7,9	125,00	12,93
	Гуляш из говядины	50/50	11,3	14,5	5,2	197,00	43,51
	Гречка вязкая отварная	175	5,2	4,4	25	160,00	10,20
	Какао с молоком	200	3,8	3,7	18,1	121	10,42
	Хлеб ржаной	40	2,28	0,24	14,5	71	2,94
Итого за прием пищи						674,00	80,00
Обед							
ТТК	Салат из белокочанной капусты	80	1,3	6,1	7,7	82,00	10,81
	Уха ростовская	250,3	5,7	5,1	16,5	136,00	26,92
	Рагу из птицы	250	18,5	14	31	325,00	28,72
	Сок в ассортименте	200	0,6	0,2	33,5	138,00	22,00
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114,00	3,66
	Яблоко	156	0,2	0,3	16,9	75,00	17,49
Итого за прием пищи						870	109,6

Мед работник _____
 Повар _____