

Утверждаю:

Директор _____

/Е.А.Порывкина/



«13» сентября 2021 г.
день 1-ый понедельник

МЕНЮ

столовой МБОУ «Нижнетоемская СОШ»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б.	Ж.	У.		
завтрак	Каша геркулесовая	250	5,6	10,4	26,4	42,4	
	Чай с сахаром	200	0,2		32,15	58	
	Коржик молочный	75	4,8	8,5	48,4	288	
обед	Суп с макаронными изделиями	250	2,9	2,5	21	120	
	Котлета мясная	100	17,9	7,9	16	210	
	Картофельное пюре	150	4,8	10,2	34,65	252	
	Компот из ягод	200	0,1		24,9	9	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
полдник	Коржик молочный	75	4,8	8,5	48,4	288	
	Чай с сахаром	200	0,2		15	58	

Повар: Овчаренко /О.В.Овчаренко/

Утверждаю:

Директор



/Е.А.Порывкина/

14 сентября 2021 г.
день 2ой вторник

МЕНЮ

столовой МБОУ «Нижнетоемская СОШ»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б.	Ж.	У.		
завтрак	Каша пшеничная	250	11	10,4	79,5	570	
	Чай с сахаром	200	0,2		32,15	58	
	Булочка дорожная	75	4,8	8,5	48,4	288	
обед	Борщ из свежей капусты	250	3,5	8	25,5	193	
	Котлета рыбная с соусом	100/30	23,4	25,08	2,1	267,5	
	Картофельное пюре	150	4,8	10,2	34,65	252	
	Компот из изюма	200	0,9		29,8	111	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
полдник	Булочка дорожная	75	4,8	8,5	48,4	288	
	Чай с сахаром	200	0,2		15	58	

Повар: Сваренко /О.В.Овчаренко/



Утверждаю:

Директор

Е.А.Порывкина/

«5 сентября 2021г.»
среда

МЕНЮ

столовой МБОУ «Нижнетоемская СОШ»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б.	Ж.	У.		
завтрак	Каша молочная дружба	250	11	21,5	79,25	572,5	
	Чай с сахаром	200/15	0,2		15	58	
	Плюшка	75	8,6	2,5	50,3	254	
обед	Суп овощной	250	3,9	4,6	14,6	116	
	Котлета куриная	100	16,8	8,1	18	190	
	Рис отварной	150	5,4	8,55	57,9	334,5	
	Компот из клюквенный	200	0,1		24,9	97	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
полдник	Плюшка	75	8,6	2,5	50,3	254	
	Чай с сахаром	200/15	0,2		15	58	

Повар: Овчаренко /О.В.Овчаренко/

Утверждаю:

Директор



/Е.А.Порывкина/

2021 г.

День пятый (пятница)

МЕНЮ

столовой МБОУ «Нижнетоемская СОШ»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б.	Ж.	У.		
завтрак	Сырники со сгущенным молоком	180	3,78	21,76	27,9	439,2	
	Чай с сахаром	200	0,2		32,15	58	
	Хлеб с маслом.	40/10	3,05	8,54	20,98	24,2	
обед	Суп гороховый на мясном бульоне	250	12,1	9,8	4,4	307	
	Жаркое по домашнему	250	17,7	5,2	10,82	164,5	
	Компот из сухофруктов	200	0,2		15	58	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
полдник							

Повар: Овчаренко /О.В.Овчаренко/