

Утверждаю:

Директор  Е.А.Порывкина

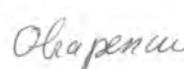
4 мая 2022г.

День 8-ой среда



### МЕНЮ столовой МБОУ Нижнетоемская СОШ

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б.	Ж	У		
завтрак	Каша пшенная	200	7,8	15,2	60,4	450	
	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
обед	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6	5	20	148	
	Фрикадельки рыбные	100	15	10,8	18,1	120	
	Картофельное пюре	150	3,75	15,15	30,3	276	
	Компот из ягод	200	0,1	-	24,9	9	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
	Огурцы свежие/соленые	60	0,45		1,05	6,6	
полдник	Сырники со сгущенным молоком	120	3,78	21,96	27,9	439,2	
	Чай	200	0,2			50	

Повар: 

/О.В. Овчаренко/

Утверждаю:

Директор  Е.А.Порывкина

5 мая 2022г

День 9-ый четверг



### МЕНЮ столовой МБОУ Нижнетоемская СОШ

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б.	Ж	У		
завтрак	Вермишель отварная	200	7,34	9,12	46,04	302	
	Чай с сахаром	200	0,2		15	58	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,15	30,25	
обед	Суп овощной на курином бульоне	250	3,9	4,6	14,6	117	
	Жаркое по домашнему	200	14,7	17,6	67	460	
	Салат из свежей/соленой капусты	100	1,5	4	6,1	63	
		200	0,1	-	24,9	97	
	Компот из клюквы	200	0,1	-	24,9	97	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
полдник	Сочни с творогом	80	9,1	5,7	32,1	184,1	
	Чай с сахаром	200	0,2		15	58	

Повар:  /О.В. Овчаренко/

Директор  Е.А.Порывкина

6 мая 2022 г.

День 10-ый пятница



### МЕНЮ столовой МБОУ Нижнетоемская СОШ

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энер. ценность	№ рецептуры
			Б.	Ж	У		
завтрак	Каша гречневая	200	0,8	7,12	28,16	196,8	
	Чай с сахаром	200	0,2		15	58	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,15	30,25	
обед	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	12,1	9,8	43,4	307	
	Голубцы с мясом	100	19,3	23,4	39,2	439,5	
	Макаронные изделия отварные	150	5,8	4,4	37	211	
	Компот из сухофруктов	200	0,9	-	28,9	112	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
полдник							

Повар:  /О.В. Овчаренко/