

Утверждаю:

Директор  Е.А.Порывкина

22 мая 2023г

День 6-ой понедельник

МЕНЮ столовой МБОУ Нижнетоемская СОШ

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			Б.	Ж	У		
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,3	5,2	7,9	89	124
	Гуляш	100	15,08	17,55	29,89	361,3	437
	Рис отварной	150	5,4	8,55	57,9	334,5	511
	Компот из ягод	200	0,1	-	24,9	9	700
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
	Пирожок с повидлом	80	8,6	2,5	50,3	254	738
полдник	Хлеб пшеничный с сыром	40/25	4,7	7,9	7,3	123	3
	Чай	200	0,2	-	-	58	685
	Фрукты	100	0,4	-	11	46,8	

Повар:  О.В. Овчаренко/