

Утверждаю
Директор МКОУ
«СОШ им.Х.Х. Долова с.п. Хатуей»
_____ 3.3.Гупсешева

Меню на четверг «27» января 2022 г.

№	Наименование блюда	Выход г/шт	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец. 4
			Б	Ж	У		
	Завтрак						
1	Каша перловая	200	5,61	6,28	31,83	199,26	317
2	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	15,31	61,62	349
3	Хлеб с маслом	40/10	3,4	7,76	19,37	176,8	1
	Обед						
4	Салат морковный	40	1,1	5,1	6,3	72,5	41
5	Суп гречневый со сметаной	200	2,23	6,4	9,9	113	134
6	Рыбные котлеты	60	15,5	6,8	5,60	150	70
7	с картофельным пюре	130	3,06	4,8	20,43	138	321
8	Сметанный соус	30	0,61	1,57	2,12	25,10	354
9	компот	200	0,44	0,02	27,76	113	350
10	хлеб	60	4,98	0,78	28,86	136,20	350
	Ужин						
11	Яйцо отварное	40	5,32	4,66	0,3	62,8	213
12	Овощи тушеные	60	5,1	7,31	25,85	189,2	144
13	Какао с молоком	200	6,04	9,96	31,32	239,34	397
14	Хлеб	40	3,32	0,52	19,24	90,80	1

Повар _____ Тазова М.Х.