Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я

_____



Согласовано:
Директор МАОУ
Бизинская СОШ
А.С.Шиндина

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

МЕНЮ

на 19 октября 2026 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход масссы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
	Экспресс - завтрак						
табл.25	Кондитерское изделие	50	7	9	55	339	37,00
685	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,80	3,10
	Итого за прием пищи					**399,80**	**40,10**
	Горячий завтрак						
3	Бутерброд с сыром	35	5,3	3,7	7,2	83,3	17,82
311	Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27	198	31,78
458	Фрукт Яблоко	150	0,6	0	21,6	88,80	35,64
690	Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,90	16,63
табл 25	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,7	16,24	**83,20**	**3,96**
табл 25	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,30	1,87
	Итого за прием пищи					**585,50**	**107,70**
	Обед						
4	Салат из капусты белокочанной с морковью	80	1,3	4,1	7,7	72,70	10,20
34 -2004	Свекольник со сметаной	250	2,5	4,9	16,2	118,90	28,96
4/8 2011	Гречка по купечески с мясом	250	15,3	18,4	37,7	378,00	68,41
518	Сок фруктовый	200	0,5	0	34	138,00	25,00
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,7	16,24	**83,20**	**3,96**
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,30	1,87
	Итого за прием пищи					**832,10**	**138,40**

Повар _____

Зав.хозяйством _____