

Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я

Согласовано:
Директор МАОУ
Бизинская СОШ
А.С.Шиндина



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА МЕНЮ

на 21 сентября 2026 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы 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